L'Art de l'Excellence Conjugale

Un modèle islamique d'excellence conjugale fondé sur les textes classiques

Bismillah Al-Rahman Al-Rahim

Deux modèles conjugaux dominent aujourd'hui le monde musulman francophone. Le premier, hérité des cultures patriarcales, a habillé la domination en tradition. Le second, né en réaction, a évacué le sacré au nom de l'égalité. Les deux échouent. Ce livre propose une troisième voie.

Fondé sur les sources islamiques classiques, Al-Nawawi, Ibn Qudamah, Al-Ghazali, Ibn Qayyim al-Jawziyyah, il reconstruit le modèle conjugal que deux générations ont oublié de transmettre. Un modèle où l'homme assume l'intégralité de la charge domestique et financière comme Sunnah du Prophète ﷺ, où la femme gouverne souverainement la sphère intérieure du foyer, et où les deux époux construisent ensemble quelque chose que ni la domination ni la gestion ne peuvent produire : la Sakinah.

Trente chapitres. Des sources vérifiées. Une architecture pratique qui va du contrat de mariage jusqu'au Hajj en couple, en passant par la communication, le pardon, la gestion des beaux-parents et la question de l'argent. Un modèle vivable maintenant, pour ceux qui ont compris que les deux schémas qu'on leur avait proposés ne tenaient pas.

L'ART DE L'EXCELLENCE CONJUGALE

Introduction : Le Mariage comme Ascèse

"Et parmi Ses signes, Il a créé pour vous, de vous-mêmes, des épouses afin que vous trouviez la quiétude auprès d'elles, et Il a mis entre vous de l'affection et de la miséricorde. Il y a en cela des signes pour des gens qui réfléchissent."

Quran 30:21

Il y a une chose que presque tous les hommes partagent au moment d'entrer dans le mariage.

Pas le désir de posséder. Pas le besoin de commander. Quelque chose de plus profond, de plus difficile à nommer : un désir de *rentrer quelque part*. Un foyer qui ne soit pas simplement quatre murs, mais un espace où la vie a du poids, où quelqu'un attend, où on peut respirer sans se défendre. Ce que le Quran appelle *Sakinah*, la quiétude divine, ce n'est pas un concept abstrait. C'est ce que cet homme cherchait, au fond, le jour de son mariage.

Alors pourquoi autant de foyers finissent par ressembler à l'exact opposé de ce qu'ils auraient dû être ?

Derrière chaque mariage qui s'est éteint sans se séparer, ces foyers où deux personnes cohabitent en silence, où l'amour s'est transformé en tolérance, où la tendresse a été remplacée par la routine, on trouve presque toujours la même chose : un modèle conjugal appliqué à l'aveugle, hérité sans avoir été choisi, sans avoir été compris.

Deux de ces modèles dominent aujourd'hui le monde musulman francophone. Les deux échouent, mais pas de la même façon.

Le premier, on l'a reçu des anciens. L'homme commande, la femme obéit. Il rentre, elle sert. Il décide, elle se tait. Ce modèle a une apparence de solidité, les couples restent ensemble, les formes sont respectées. Mais regardez de plus près ce qu'il

produit : des femmes qui attendent que leurs enfants grandissent pour partir, des hommes qui vieillissent entourés d'une femme qui les tolère, des foyers propres habités par deux âmes épuisées. Ce n'est pas de la tradition islamique. C'est sa corruption, un héritage culturel habillé en religion, qui a transformé le sanctuaire en caserne.

Le second est arrivé en réaction. Égalité horizontale, rôles interchangeables, négociation permanente de chaque tâche. Ce modèle a voulu corriger l'injustice, et dans son élan, il a évacué le sacré. Il a produit des couples épuisés par la gestion, des foyers sans boussole, une compétition quotidienne qui étouffe l'amour avant même qu'il n'ait eu le temps de grandir.

Entre ces deux échecs, quelque chose a été perdu. Pas une idée nouvelle, une réalité ancienne, précise, inscrite dans les textes depuis des siècles, que deux générations ont oublié ou choisi d'ignorer.

Ce livre est la tentative de la retrouver. Il s'adresse d'abord à ceux qui ont vingt, vingt-cinq, trente ans, des couples en construction, des jeunes qui n'ont pas encore tout figé, et qui cherchent un modèle vivable maintenant. Et à tous ceux, quel que soit leur âge, qui ont reconnu que les deux schémas qu'on leur avait proposés ne tenaient pas.

Si tu es une femme qui lit ces pages, ce livre t'appartient aussi, peut-être différemment. Ce que tu trouveras ici, c'est d'abord un langage : celui que tu pourras offrir à l'homme avec qui tu construiras. Pas comme une arme, pas comme une liste de reproches, comme un cadre commun, pour que la conversation soit possible avant que les habitudes s'installent.

Ce que vous allez lire est un raisonnement, une suite d'arguments qui s'enchaînent, qui se tiennent, qui arrivent quelque part. Pas un manuel de contraintes. Pas une liste de règles à appliquer.

L'homme qui lit ce livre avec honnêteté va rencontrer des vérités qui heurtent. Des vérités sur ce que l'Islam dit réellement de la femme dans le foyer, et que la jurisprudence classique a établi avec une clarté que les cultures patriarcales ont méthodiquement occultée. Des vérités sur ce que le service physique produit dans

l'âme masculine quand il est accompli avec intention. Des vérités sur ce que le détachement matériel libère, et sur ce qu'il reçoit en retour.

Ce livre repose sur un paradoxe que les couples modernes ont désappris à lire.

L'homme qui s'abaisse dans son foyer, qui cuisine, qui nettoie, qui prend soin du corps de sa femme, qui sanctuarise la sphère souveraine de son foyer, n'est pas en train de se diminuer. Il accomplit la Sunnah du Prophète ﷺ, qui *"se tenait au service de sa famille" (Bukhari n°676)*, et suit l'idéal de la *Futuwwah*, la chevalerie spirituelle islamique, qui enseigne une vérité que la culture de la domination refuse d'entendre : **la vraie force naît du service, jamais de la domination**.

Et la femme qui reçoit ce service, sécurisée dans son logement, libre dans sa gestion, honorée dans son corps, n'est pas en train de prendre quelque chose à son mari. Elle lui rend ce qu'il cherchait depuis le début : un foyer où la *Sakinah* est réelle, un espace où rentrer est une récompense, une présence qui le traite comme ce qu'il est capable d'être.

L'investissement le plus rentable qu'un homme puisse faire dans son mariage n'est pas financier. Il est intérieur.

Ce livre avance comme un raisonnement, pas comme une liste de conseils.

Les deux premières parties posent le sol avant les murs : pourquoi les modèles que vous avez reçus ont échoué, et quelles sont les fondations sans lesquelles tout le reste n'est qu'une technique vide. Le *Nafs*. La *Sakinah*. L'*Ihsan*. Ces mots ne sont pas du décor.

Vient ensuite la question de ce que vous êtes l'un pour l'autre, non pas en termes de domination ou de soumission, mais de *complémentarité souveraine* : chaque époux règne sur sa sphère, protège et sert l'autre dans la sienne.

Puis le concret : qui fait quoi, qui gère quoi, comment décider ensemble sans perdre la boussole. Puis le foyer vivant, la communication, l'intimité, le pardon, la belle-famille, les silences qui réparent et ceux qui blessent. Et enfin, pour ceux qui veulent voir plus

loin : ce que ce foyer peut devenir quand il est orienté vers Allah plutôt que vers lui-même.

Lisez dans l'ordre. La conclusion ne s'annonce pas, elle s'impose, à celui qui a eu l'honnêteté de suivre.

Un dernier mot avant de commencer. Ce livre ne peut pas être imposé. Si l'un des deux époux le lit seul et s'en sert comme d'un argument contre l'autre, il est mal lu. Ce livre est une ascèse, et l'ascèse, par définition, ne peut pas être forcée.

Chaque argument repose sur les textes : versets coraniques, hadiths authentifiés, positions des grandes écoles juridiques, paroles des savants classiques. Les références sont citées pour que le lecteur puisse vérifier, approfondir, contester. Ce livre ne demande pas une confiance aveugle. Il demande une réflexion honnête.

Note sur les témoignages : Les témoignages présents dans ce livre, Camélia, Karim, et d'autres, illustrent des dynamiques réelles observées dans des foyers musulmans contemporains. Ils ont été anonymisés et certains éléments ont été adaptés pour préserver la vie privée. Ils ne constituent pas un échantillon statistique mais des points d'ancrage narratifs pour des principes islamiques vérifiables.

Le Prophète ﷺ a dit : *"Le meilleur d'entre vous est celui qui est le meilleur envers sa famille, et je suis le meilleur d'entre vous envers ma famille." (Tirmidhi n°3895, authentifié par Al-Albani)*

Ce livre est une invitation à devenir ce meilleur-là. Non pas parce qu'on vous le demande. Parce que vous l'avez compris.

Bismillah.

PARTIE I : LE DIAGNOSTIC

CHAPITRE 1

Le Piège du Mariage Traditionnel

L'homme tyran, la femme servante

"Vivez avec elles de façon convenable. Si vous éprouvez de l'aversion pour elles, il se peut que vous ayez de l'aversion pour une chose où Allah a placé un bien immense."

Quran 4:19

L'homme qui rentre chez lui fatigué après une longue journée, s'installe dans son fauteuil et attend que sa femme lui apporte à manger. Cet homme ne vit pas la tradition islamique. Il vit une corruption de la tradition, habillée en religion depuis si longtemps qu'on a fini par oublier la différence.

Ce n'est pas une accusation. C'est un constat. La nuance est importante : l'accusation ferme les cœurs, là où le constat peut les ouvrir.

La tradition islamique authentique, celle des textes et non celle des cultures, dit quelque chose de radicalement différent de ce qu'on a transmis. Elle dit que le Prophète ﷺ, l'homme le plus honoré de l'histoire de l'Islam, celui dont l'autorité n'a jamais été contestée ni par ses compagnons ni par ses épouses, rentrait chez lui et *cousait ses sandales, réparait ses vêtements et se tenait au service de sa famille (Bukhari n°676)*. Elle dit que la mesure d'un homme n'est pas ce qu'il commande, mais ce qu'il construit. Et elle dit que le meilleur des hommes est celui qui est le meilleur avec sa famille, non le plus craint, non le plus obéi, mais **le meilleur** *(Tirmidhi n°3895, authentifié par Al-Albani)*.

Si ce portrait ne ressemble pas à ce qu'on vous a enseigné, c'est que quelqu'un, quelque part, a substitué la culture à la religion. Cette substitution a produit des désastres silencieux dans des milliers de foyers.

La femme qui vit dans ce modèle ne s'épanouit pas. Elle s'adapte. Elle apprend très tôt à se taire, à ne pas "faire d'histoires", à ravaler ce qu'elle ressent pour maintenir la paix. Elle gère l'intérieur, les enfants, les factures, les appels de la belle-famille, et doit en plus être disponible, belle et souriante quand son mari rentre. Son épuisement est présenté comme une vertu : *"elle est courageuse, elle ne se plaint jamais."*

Ce qu'on appelle courage est de l'injustice. Le Quran a un mot pour ça : *Dhulm*. Et le *Dhulm* est parmi les actes que les textes condamnent avec le plus de force.

Ce que la jurisprudence islamique classique dit sur ce sujet mérite d'être lu lentement, parce que ça change tout.

L'Imam Al-Nawawi, autorité suprême de l'école Shafi'ite, l'écrit noir sur blanc dans *Rawdat al-Talibin* : le contrat de mariage n'est pas un contrat de travail ou de domesticité. La femme n'est légalement tenue ni de cuisiner, ni de nettoyer, ni de laver les vêtements. Si elle le fait, c'est une faveur bénévole, pas une obligation. Ibn Qudamah, pilier de l'école Hanbalite, confirme dans *Al-Mughni* : fournir un foyer propre et des repas préparés revient de droit à l'époux.

Ce n'est pas du féminisme importé. C'est du *fiqh* classique que des cultures patriarcales ont méthodiquement occulté pendant des générations.

La femme qui lit ces lignes et les reconnaît comme vraies peut souffler. Ses droits ne datent pas d'hier, ils datent des premiers siècles de l'Islam. Ce qu'on lui a volé, ce n'est pas une revendication moderne. C'est son héritage.

Mais l'homme dans tout ça. Parce que c'est lui aussi que ce modèle détruit, et peut-être plus profondément qu'on ne le pense.

L'homme qui règne par la domination ne construit pas un foyer. Il construit une cage. Et il y vit dedans, lui aussi.

À quarante ans, il a tout contrôlé. Ses finances, ses décisions, son espace. Sa femme ne le contredit plus, elle a appris à ne pas le faire. Ses enfants le respectent par obligation. Son foyer ressemble à la paix. Mais il rentre le soir et quelque chose

manque, quelque chose qu'il ne sait pas nommer : cette chaleur, cette légèreté, ce sentiment d'être *attendu* plutôt que simplement *toléré*.

À cinquante ans, ses fils ont appris que dominer est masculin. Ses filles ont appris que souffrir est féminin. La roue tourne.

Ce n'est pas un échec de sa femme. C'est l'échec du modèle qu'il a appliqué sans le remettre en question.

Ce modèle persiste parce qu'il est confortable pour l'ego. Frotter le sol demande de l'humilité. Consulter sa femme demande de l'ouverture. Financer généreusement sa parure demande du détachement matériel. Ces trois actes heurtent directement ce que la tradition soufie appelle le *Kibr*, l'orgueil, qui est la première pathologie de l'âme masculine.

Il est plus facile de citer le verset sur la *Qiwamah* pour justifier son autorité que de citer le hadith sur le service familial pour justifier son humilité.

Mais voilà la réalité que ce livre va démontrer : l'homme qui a compris ce paradoxe et qui l'a vécu, qui s'est abaissé dans son foyer, qui a servi avec joie, qui a renoncé au contrôle matériel, cet homme n'a pas perdu son autorité. Il l'a gagnée. Vraiment. Pas celle qu'on lui a crainte. Celle qu'on lui a donnée librement.

Ce chapitre ne dit pas que l'homme n'a aucun rôle directeur. Il en a un, réel, légitime, nécessaire : la *Qiwamah* existe, et nous l'examinerons dans sa pleine complexité. Mais l'autorité sans service n'est pas islamique. La direction sans consultation n'est pas islamique. Et l'épuisement silencieux de la femme n'a jamais été un idéal, c'est une déformation que l'habitude a rendue invisible.

Si vous reconnaissez votre foyer dans ces lignes, partiellement ou totalement, vous n'avez pas entre les mains une condamnation. Vous avez une opportunité.

Mais avant de voir à quoi ressemble l'alternative, il faut comprendre le second piège, celui qui, en voulant corriger le premier, a créé ses propres désastres. C'est l'objet du chapitre suivant.

CHAPITRE 2

Le Piège du Mariage Moderne

L'égalité qui épuise, le sacré évacué

"Il a mis entre vous de l'affection (Mawaddah) et de la miséricorde (Rahmah)."

Quran 30:21

Il y a un piège plus récent que le premier, et plus difficile à voir, parce qu'il porte un visage rassurant.

Ce piège-là ne demande à personne de souffrir en silence. Il ne réclame ni servitude ni soumission. Il propose l'égalité totale, les rôles fluides, la négociation permanente. Il répond à une blessure réelle, celle des générations qui ont regardé leurs parents s'épuiser dans le modèle traditionnel et ont décidé qu'ils ne reproduiraient pas ça.

L'intention est juste. Le résultat l'est moins.

Le problème du mariage traditionnel n'était pas sa structure. C'était l'*injustice à l'intérieur* de la structure. En supprimant la structure pour supprimer l'injustice, le modèle moderne a produit quelque chose d'inattendu : des couples qui s'organisent très bien et se perdent très doucement.

La femme qui a fui la servitude domestique n'a pas trouvé le repos. Elle a troqué la fatigue physique contre la charge mentale totale : gérer sa carrière, sa part du foyer, les enfants, les émotions du couple, et en plus être disponible, désirable, épanouie. L'épuisement n'a pas disparu, il s'est habillé différemment.

L'homme qui a voulu effacer la domination de ses ancêtres a perdu, avec elle, quelque chose qu'il n'a pas su nommer. Une direction. Un sens de sa propre nécessité dans le foyer. La satisfaction de protéger quelque chose de précieux, non pas d'en être propriétaire, mais d'en être le bouclier. Cette dimension est dans sa *Fitra*, sa

constitution naturelle, la disposition avec laquelle Allah l'a créé. On ne la supprime pas par idéologie. Elle revient sous forme de frustrations incompréhensibles, de besoins non formulés, de vide à l'intérieur d'une vie extérieurement correcte.

Cette *Fitra* masculine, ce besoin de se sentir nécessaire, ne s'accomplit pas dans le regard de l'autre. Elle s'accomplit dans l'acte : ce qu'il donne, ce qu'il construit, ce qu'il protège. L'homme qui cherche à se sentir nécessaire à travers le contrôle de sa femme a confondu la *Fitra* avec l'ego. Ce n'est pas une nuance, c'est une inversion complète : la Fitra corrompue ressemble de l'extérieur à de la force, mais c'est de la peur habillée en autorité. Celui qui accomplit sa Fitra dans le service n'a pas besoin de validation. Il *est* nécessaire, par ce qu'il fait.

Le Quran décrit le mariage avec des mots qu'aucun vocabulaire de gestion ne peut contenir.

Mawaddah : l'affection profonde, le désir du bien de l'autre pour lui-même, pas pour ce qu'il apporte. *Rahmah* : la miséricorde active, ce mouvement du cœur qui protège l'autre de sa propre fragilité, même quand l'affection traverse un moment d'usure. Ces deux forces ne sont pas des sentiments flottants. Al-Wadud et Al-Rahman sont parmi les noms d'Allah. Il les a inscrits dans le mariage comme un reflet de Ses propres attributs *(Quran 30:21)*. L'affection (*Mawaddah*) et la miséricorde (*Rahmah*) : deux piliers, deux états différents du même foyer béni.

Ce n'est pas un contrat d'utilité. C'est un espace de manifestation du divin dans le quotidien de deux êtres.

Dans l'esprit de son *Rawdat al-Muhibbin*, Ibn Qayyim al-Jawziyyah enseigne que la *Mawaddah* lie deux cœurs indépendamment de l'intérêt, et que la *Rahmah* maintient ce lien quand l'affection faiblit inévitablement. L'une sans l'autre produit soit un attachement passionnel fragile, soit une obligation froide. Les deux ensemble produisent un amour adulte, durable, qui grandit avec les années plutôt que de s'y user.

Le modèle moderne a gardé l'affection mais a évacué la miséricorde. Il a remplacé la *Rahmah*, ce mouvement de protection asymétrique, de don sans calcul, par l'équité

comptable. Cette substitution coûte cher.

Un couple qui vit dans ce modèle est compétent. Ils gèrent bien. La répartition des tâches est documentée, les finances sont transparentes, les décisions se prennent en consensus. Et pourtant, quelque chose manque. Pas dans l'organisation. Dans l'âme.

La vie conjugale est devenue une réunion de copropriété. Chaque geste est pesé, chaque contribution est comptée. La générosité devient suspecte : si l'un fait plus, c'est qu'il reconnaît l'autre comme défaillant. L'abondance du cœur est remplacée par la rigueur du bilan. Al-Ghazali l'avait formulé dans l'*Ihya* : dans le foyer idéal, chaque époux cherche à *précéder* l'autre dans le bien, non à l'équilibrer. La course n'est pas à la justice froide, elle est à l'excellence mutuelle.

Et derrière tout ça, silencieusement, le sacré a quitté la pièce.

Le foyer islamique n'est pas construit par les époux pour eux-mêmes. Il est construit pour Allah, à travers les époux, comme un espace où Sa miséricorde peut se manifester. La *Sakinah*, ce terme que le Quran utilise pour décrire la paix du foyer, n'est pas un résultat de management. C'est un don. Un don ne se gagne pas à la sueur d'un tableau de répartition. Il arrive quand l'espace est préparé pour le recevoir.

Un couple qui a évacué Allah de son foyer peut coexister très pacifiquement. Il ne peut pas obtenir ce qu'il cherche vraiment : cette quiétude profonde qui n'a pas de cause rationnelle, qui s'installe comme une lumière et transforme même les moments ordinaires en quelque chose de précieux.

L'Islam a toujours fait la distinction entre deux choses que le modèle moderne confond : l'égalité de dignité et l'identité de rôle.

L'égalité de dignité, la *Karamah*, est un principe islamique fondamental. L'Islam est la première civilisation de l'histoire à l'avoir proclamé explicitement, indépendamment du genre, du rang, de l'origine. Cette égalité n'est jamais en discussion.

Mais la dignité égale ne signifie pas les rôles identiques. La main droite et la main gauche ont la même dignité. Elles ne font pas les mêmes gestes. La différence n'est pas

une hiérarchie, c'est une complémentarité. Vécue avec conscience, elle est une source de puissance pour les deux, non une limitation pour l'un.

Ibn Ashur, dans les *Maqasid al-Shariah*, établit que les lois islamiques ne sont pas arbitraires, elles correspondent aux structures profondes de la *Fitra*. Les contourner ne produit pas la liberté. Cela produit la dissonance. Et la dissonance, avec le temps, ressemble à de la mélancolie sans objet : ce sentiment diffus que quelque chose ne va pas, sans pouvoir dire quoi.

La réponse à ce chapitre n'est pas de revenir en arrière. Les ravages du modèle traditionnel ont déjà été nommés.

Supprimer la structure pour supprimer l'injustice, c'est une erreur de diagnostic, comme démolir une maison parce que le toit fuit. Le problème n'était pas la structure. C'était le vide là où devait se trouver le sens.

Si vous reconnaissez votre foyer dans ces lignes, si l'organisation est exemplaire mais l'âme absente, si vous gérez bien mais vivez peu, ce n'est pas une défaillance personnelle. C'est le résultat prévisible d'un modèle conçu pour éviter la souffrance, pas pour atteindre quelque chose.

Le chapitre suivant présente cette voie, non pas comme un compromis entre les deux pièges, mais comme leur dépassement. Une troisième réalité, plus ancienne que les deux, qui attend d'être retrouvée.

CHAPITRE 3

La Complémentarité Souveraine

La troisième voie : deux sphères, une ascèse

"Elles sont un vêtement pour vous et vous êtes un vêtement pour elles."

Quran 2:187

La troisième voie n'est pas un compromis.

Un compromis serait tiède, condamné à être contesté par les deux bords. Une cage avec des barreaux légèrement plus espacés. Ce que ce livre propose est autre chose : un dépassement. Les deux modèles des chapitres précédents partagent une erreur plus profonde que leurs erreurs respectives : ils pensent tous les deux le mariage comme un rapport de *force*. L'un pour la concentrer, l'autre pour la dissoudre. Les deux ont la force comme référence centrale.

L'Islam part d'un référentiel différent. Il part du *service*.

Le Quran n'a pas choisi l'image du contrat pour décrire le mariage. Ni la hiérarchie. Ni le partenariat.

Il a choisi l'image du **vêtement**.

"Elles sont un vêtement pour vous et vous êtes un vêtement pour elles." (Quran 2:187)

Cette métaphore est d'une précision que nulle autre image n'égale. Le vêtement accomplit simultanément plusieurs fonctions : il couvre les parties vulnérables, protège du froid et des regards, donne forme et dignité à celui qui le porte, et épouse exactement le corps qu'il habille, ni trop large, ni trop serré. Il n'écrase pas. Il ne disparaît pas. Il révèle. L'Imam Al-Tabari commente : *"Ils sont chacun protection, couverture et ornement pour l'autre."* Al-Qurtubi ajoute : *"Cette image dit que*

chacun est le sanctuaire de l'autre, ses secrets sont gardés, ses fragilités protégées, sa beauté mise en valeur."

Un vêtement ne commande pas le corps qu'il habille. Il lui sert. Et ce service est sa raison d'être.

Mais avant les rôles, il y a ce qui ne change pas.

L'égalité de dignité devant Allah est absolue. Le verset 33:35 du Quran a été révélé en réponse directe à Umm Salamah qui demandait pourquoi le Quran ne s'adressait qu'aux hommes. La réponse divine est une liste de quatorze catégories spirituelles, *les musulmans et les musulmanes, les croyants et les croyantes…*, chaque fois les deux genres, côte à côte, avec la même promesse finale. Le Paradis ne se mérite pas en étant homme ou femme. Il se mérite en étant *Muslim*, *Mu'min*, *Sabir*. Ces qualités n'ont pas de genre.

Le verset de la *Qiwamah (Quran 4:34)* est le plus cité et le plus mal compris de la jurisprudence conjugale.

"Les hommes sont Qawwamun envers les femmes, en raison de ce qu'Allah a accordé à certains sur d'autres, et en raison de ce qu'ils dépensent de leurs biens."

Deux éléments de ce verset sont décisifs, et régulièrement ignorés.

Le mot *Qawwamun* vient de *Qiyam* : se lever, se tenir debout *pour* quelque chose. Al-Raghib al-Isfahani, dans son *Mufradat*, précise qu'il désigne celui qui prend en charge, qui assume, non celui qui domine ou commande. Le verset conditionne lui-même la *Qiwamah* à la dépense : *"en raison de ce qu'ils dépensent de leurs biens."* L'homme qui ne pourvoit pas perd la *Qiwamah* ; juridiquement, il perd ses droits de direction *(Ibn Qudamah, Al-Mughni)*. Ce n'est pas un statut permanent. C'est une fonction liée à son accomplissement.

Ibn Ashur, dans *Maqasid al-Shariah*, formule la distinction la plus nette : *"La Qiwamah est une fonction sociale de coordination et de protection, non une supériorité ontologique."* Un président n'est pas ontologiquement supérieur aux citoyens. Il est fonctionnellement responsable, et comptable.

Toute théorie a besoin d'un corps.

Le Prophète ﷺ était le chef de la communauté islamique, le Sceau des Prophètes, l'homme le plus honoré de l'histoire de l'Islam. Et chez lui, il cousait ses sandales, réparait ses vêtements et se tenait au service de sa famille *(Bukhari n°676)*. Non comme exception. Comme règle, comme mode de vie, comme Sunnah. Ses épouses s'exprimaient, le contredisaient, négociaient. Aïcha (RA) est la source de milliers de hadiths, sa parole avait du poids, était entendue, était précieuse. Khadija (RA) était sa patronne avant d'être son épouse.

Il était *Qawwam* : il protégeait, pourvoyait, assumait la décision finale quand elle lui revenait. Et il était *Khadim* : serviteur, présent, doux. Les deux ensemble. Non comme contradiction, mais comme complémentarité souveraine.

La Complémentarité Souveraine repose sur deux sphères clairement délimitées, et également respectées. Non pas un territoire de l'un contre l'autre. Deux espaces où chacun règne, protège, et sert l'autre dans le sien.

La sphère féminine est définie par des droits que la jurisprudence classique a reconnus depuis des siècles et que deux générations ont oublié de transmettre. La femme mariée en Islam est un sujet économique indépendant. Ses biens lui appartiennent. Son *Mahr* lui appartient. Ses revenus lui appartiennent, sans que son mari y ait le moindre droit légal. Elle n'est pas tenue aux tâches ménagères : Al-Nawawi dans *Rawdat al-Talibin*, Ibn Qudamah dans *Al-Mughni*, Ibn Hazm dans *Al-Muhalla*, trois écoles, une même position. Si elle fait le ménage, c'est un cadeau qu'elle fait. Le jour où elle cesse, elle est dans son droit le plus strict. Elle a la souveraineté de la parole, le droit au désaccord, la *Shura* comme mode de relation permanent. La femme qui reconnaît cette dimension de son rôle ne la subit pas. Elle l'habite comme une reine habite son trône.

La Dot : Le Droit qui n'est pas Négociable

Le *Mahr* est un droit coranique. Non une tradition. Non un symbole. Une obligation inscrite dans la Révélation elle-même *(Quran 4:4)*. Il appartient à la femme, entièrement, immédiatement, définitivement. Ce n'est pas un investissement de la

belle-famille, pas une somme symbolique, pas un geste de politesse. C'est la preuve tangible de la sincérité de l'homme envers la femme qu'il épouse.

L'Islam met en garde contre les deux excès : le *Mahr* dérisoire qui déshonore la femme avant même que le mariage commence, et le *Mahr* gonflé par compétition sociale qui crée des dettes conjugales dès le premier jour. Le Prophète ﷺ a dit : *"La meilleure dot est celle qui est la plus facilitée." (Abu Dawud n°2117).* Facilitée pour l'homme, sans jamais être dérisoire pour la femme.

(Pour le détail pratique du Mahr, formes licites, Mahr différé, protection en cas de divorce, inscription dans le contrat : voir Chapitre 25.)

La sphère masculine est définie par la *Qiwamah* et la *Futuwwah* réunies, ce que les cultures patriarcales ont séparées pour ne garder que l'autorité sans le service.

La *Qiwamah*, c'est assumer l'intégralité de la *Nafaqah* : logement, nourriture, vêtements, soins, tout ce qui maintient la dignité et le rang de son épouse. Dans la jurisprudence classique, cette obligation n'est pas une courtoisie. C'est une **dette** (*dayn*). Dans les cas de ressources limitées, les écoles Hanéfite et Hanbalite accordent généralement la priorité financière à l'épouse sur les ascendants du mari *(Ibn Qudamah, Al-Mughni ; Al-Kasani, Bada'i al-Sana'i).* Ce n'est pas une hiérarchie d'amour, c'est une hiérarchie de responsabilité directe. Sa femme a quitté sa famille pour lui. Il est le premier responsable de ce qu'elle vit maintenant. C'est une vérité que les cultures ont souvent inversée et que ce livre remet à sa juste place.

La *Futuwwah*, la chevalerie spirituelle islamique, vient compléter, non contredire. Le chevalier est celui qui donne avant de prendre, qui s'abaisse pour élever. Al-Sulami, dans son *Kitab al-Futuwwah*, enseigne que la vraie force naît du service. L'homme qui incarne les deux, la *Qiwamah* sans l'arrogance, la *Futuwwah* sans la naïveté, n'est pas diminué. Il est plus grand que tout ce que le modèle traditionnel a jamais produit.

Le mariage ne dépend pas des moyens : il les précède

L'Islam n'a jamais conditionné le mariage à la richesse. Le Prophète ﷺ encourageait ses compagnons à se marier même sans grands moyens, et la jurisprudence classique

reconnaît que la meilleure dot est celle qui est la plus facilitée *(Abu Dawud n°2117 : ce hadith fait l'objet d'un débat entre les muhaddithun sur sa classification hassan ou da'if ; il est cité ici pour sa cohérence avec les principes de facilitation du mariage, soutenus par d'autres traditions authentiques)*. Le foyer d'Excellence n'attend pas la richesse. Il la précède, parfois il la produit, parfois il s'en passe.

La *Nafaqah* est proportionnelle aux moyens. Quran 65:7 l'établit avec une clarté absolue : *"Que celui qui dispose de larges moyens dépense largement, et que celui dont les ressources sont limitées dépense selon ce qu'Allah lui a donné."* Ce verset ne demande pas à un homme de vingt-deux ans en alternance d'avoir le budget d'un cadre de quarante ans. Il lui demande de donner ce qu'il a, entièrement, généreusement, sans retenir.

C'est là que la mesure réelle de la chevalerie apparaît : l'homme qui gagne 900€ et en passe 900 pour son foyer est islamiquement au-dessus de l'homme qui gagne 5000€ et en retient 4000. Ce n'est pas le montant qui qualifie, c'est la direction de l'argent. Donner tout ce qu'on a, c'est l'acte du chevalier. Retenir quand on peut donner, c'est l'acte du contrôleur.

"L'argent vient après" ne signifie pas que la *Nafaqah* peut être négligée dans la durée. Cela signifie que l'absence de perfection financière aujourd'hui n'est pas une raison de reporter l'union. L'engagement de pourvoir, proportionnellement, honnêtement, avec la volonté de progresser, doit être réel dès le départ. La générosité et l'ambition ne s'opposent pas. Elles se servent l'une de l'autre.

Ce modèle n'est donc pas réservé aux riches. Il s'applique à deux jeunes qui commencent avec peu, à condition que ce peu soit orienté avec la même direction que s'il était beaucoup.

Ce modèle, quand les deux époux le choisissent librement, produit quelque chose que les deux modèles précédents sont structurellement incapables d'atteindre.

Il produit de la *Sakinah*, pas la paix de surface du modèle traditionnel, ni l'ordre administratif du modèle moderne. Une paix profonde, celle du foyer où chacun est à sa place, honoré dans sa sphère, libéré du besoin de prouver ou de défendre.

Il produit des couples qui vieillissent ensemble dans la joie, non par habitude ou par peur, mais parce que les deux sphères, en trente ans, se sont enrichies l'une de l'autre. Parce que la *Mawaddah* initiale s'est transformée en *Rahmah* profonde. Parce qu'ils ont construit quelque chose qui les dépasse.

Le carburant de ce modèle n'est ni la négociation ni le contrat. C'est l'***Ihsan***, l'excellence accomplie comme si Allah regardait. L'homme qui frotte le sol avec cette conscience pose un acte de prière. La femme qui exprime ses droits avec cette conscience pose un acte de foi. Et l'*Ihsan* est contagieux : il appelle l'autre vers lui, sans forcer, sans l'exiger. C'est la dynamique de la vertu que l'Islam appelle *Khuluq*, le caractère moral façonné par la pratique répétée.

Ce modèle est exigeant. Il demande à l'homme d'assumer une responsabilité lourde sans se réfugier dans l'autoritarisme. Il demande à la femme de revendiquer ses droits sans tomber dans le calcul froid. Ces deux postures demandent un travail intérieur que les chapitres suivants vont commencer à décrire.

Parce qu'avant de changer ce qu'on fait dans le foyer, il faut comprendre ce qui se passe à l'intérieur de soi. C'est là que tout commence, et parfois, c'est là que tout achoppe.

La Partie II entre maintenant dans les fondations spirituelles. Non comme préambule théologique, mais comme condition de fonctionnement : pourquoi ce modèle tient, ou s'effondre, selon l'état intérieur de celui qui le pratique.

CHAPITRE 4

Le *Nafs* et ses Pathologies

L'ennemi intérieur que le mariage met à nu

"Je ne m'innocente pas moi-même, car le Nafs est très enclin à commander le mal — sauf celui que mon Seigneur prend en miséricorde."

Quran 12:53

Toute dispute conjugale a deux versions.

La version que chacun raconte à ses amis : l'autre a dit ceci, l'autre a fait cela, l'autre n'a pas compris, l'autre ne change jamais. Dans cette version, on est toujours la victime raisonnable d'un conjoint déraisonnable.

Et puis il y a la vraie version, celle qu'on ne raconte jamais parce qu'elle est trop inconfortable. Dans cette version, deux *Nafs* se sont affrontés. Deux ego blessés ont préféré avoir raison plutôt qu'avoir la paix. Deux personnes qui s'aiment ont choisi, l'espace d'un instant, de se faire du mal.

Le *Nafs*, ce terme arabe qui désigne l'âme dans ses dimensions les plus instinctives, est l'ennemi intérieur que personne ne présente à l'autre avant le mariage. On parle des revenus, des projets, de la famille. On ne parle jamais du *Nafs*. Et puis on vit ensemble, et le *Nafs* se révèle, dans toute sa force, dans toute son ingéniosité, dans toute sa résistance au changement.

Comprendre le *Nafs* n'est pas un exercice philosophique. C'est une nécessité conjugale urgente.

La tradition islamique, et Al-Ghazali en particulier dans son *Ihya Ulum al-Din*, distingue trois états de l'âme humaine. Ces trois états décrivent un chemin de transformation possible, pas une fatalité.

Le premier est l'état que le Quran nomme *Al-Nafs al-Ammara bil-Su'* : l'âme qui ordonne au mal *(Quran 12:53)*. Dans cet état, l'âme suit ses pulsions sans résistance. Elle veut sa satisfaction immédiate et considère que ses désirs sont des droits. Dans le foyer, c'est le conjoint qui explose dès qu'il est contredit, non parce qu'il est mauvais, mais parce qu'il n'a pas encore appris à s'interposer entre son impulsion et sa réaction. Ou, à l'inverse, celui qui se ferme comme une porte, ne répond plus, disparaît dans un silence qui punit pendant des jours. Certains conjoints punissent par le silence pendant des semaines. D'autres explosent sur un détail mineur alors que ce sont trois semaines de non-dits qui parlent. Ces deux dynamiques existent dans les deux genres, sans exception. Ce *Nafs* ne réfléchit pas, il réagit, parfois dans le bruit, parfois dans un mur de silence qui fait autant de dégâts.

Le second état est celui que le Quran nomme *Al-Nafs al-Lawwama* : l'âme qui se reproche *(Quran 75:2)*. C'est l'état intermédiaire, celui de la conscience morale éveillée. Cette âme sait distinguer le bien du mal, mais ne résiste pas toujours. Elle explose, puis regrette. Elle blesse, puis s'excuse. Elle recommence, puis se reproche encore. Dans le mariage, c'est l'homme qui crie sur sa femme et vient présenter ses excuses une heure après. C'est la femme qui sait qu'elle a eu tort mais attend que l'autre fasse le premier pas. Ce *Nafs* est en mouvement, il n'est pas encore arrivé, mais il cherche.

Le troisième état est celui que le Quran nomme *Al-Nafs al-Mutma'inna* : l'âme apaisée *(Quran 89:27-28)*. C'est l'état auquel le travail spirituel aspire. Dans le mariage, c'est le conjoint qui peut entendre une critique sans se sentir attaqué. Qui peut donner sans attendre de retour. Qui peut pardonner sans garder de rancœur secrète. Qui peut servir sans se sentir diminué. Ce *Nafs* est rare. Il se construit sur des années. Le mariage, vécu consciemment, est l'un des chemins les plus puissants pour l'atteindre.

Ibn Qayyim al-Jawziyyah, dans *Madarij al-Salikin*, identifie les déclencheurs principaux du *Nafs al-Ammara* dans la vie conjugale. Ils reviennent dans les mêmes foyers, sous les mêmes formes, depuis des siècles.

L'orgueil, *Al-Kibr*, est le premier. Il se manifeste dans le mariage sous deux formes : l'impossibilité d'admettre ses torts, et l'impossibilité de recevoir une remarque sans la vivre comme une attaque. L'homme qui ne peut pas dire *"j'ai eu tort"* souffre de *Kibr*. La femme qui interprète chaque suggestion de son mari comme une critique de sa personne souffre de *Kibr*. L'orgueil est aussi discret que destructeur, il porte souvent le masque de la dignité.

La colère non maîtrisée, *Al-Ghadab*, vient ensuite. Le Prophète ﷺ a dit à trois reprises à un homme qui lui demandait un conseil : *"Ne te mets pas en colère." (Bukhari n°6116, Kitab al-Adab)* La répétition est un signal. La colère est le mode opératoire préféré du *Nafs al-Ammara* dans le couple. Elle dit des choses qu'on ne pense pas vraiment. Elle fait des blessures qui ne guérissent pas complètement. Ibn Qayyim précise : la colère conjugale est rarement causée par ce qu'on croit. On pense être en colère parce que le repas n'est pas prêt. On est en colère parce qu'on se sent invisible, non respecté, non reconnu. Le déclencheur est une chose. La cause en est une autre.

Le désir de contrôle, *Al-Hawa*, prend rarement la forme brutale qu'on imagine. Il ressemble plutôt à ceci : attendre de l'autre qu'il comble un vide qu'on n'a pas nommé. Vouloir qu'il devine, qu'il s'ajuste, qu'il soit disponible, sans jamais formuler clairement ce qu'on cherche. L'homme qui rentre épuisé et attend que l'atmosphère du foyer se règle d'elle-même. La femme qui veut que son mari comprenne sa fatigue sans qu'elle ait à le dire. Ces attentes silencieuses créent une déception chronique contre quelqu'un qui ne savait pas ce qu'on attendait de lui. Le *Hawa* n'est pas toujours bruyant. Ses formes les plus destructrices sont celles qui ne font pas de bruit.

La complaisance envers soi-même, *Al-Ujb*, est la plus dangereuse parce qu'elle ferme toute possibilité de remise en question. Elle ressemble à ceci : *"Je fais tout bien, mais il/elle ne fait pas d'efforts."* Cette phrase, prononcée de bonne foi, révèle un *Nafs* qui s'est dispensé de l'examen honnête de lui-même.

Prenons une dispute ordinaire. Elle peut servir de loupe.

Un soir, après le dîner, l'homme remarque que les courses n'ont pas été faites. Il le dit, pas violemment, mais avec une irritation perceptible dans le ton. Sa femme entend

non pas la remarque sur les courses, mais un reproche sur sa valeur en tant qu'épouse. Son *Nafs al-Ammara* s'active. Elle répond sèchement. Son ton blesse son mari, dont le *Nafs* était déjà fragilisé par sa journée. Il monte le ton. Elle se ferme. Il s'isole. Ils passent la soirée sans se parler. Le lendemain matin, aucun des deux ne sait vraiment pourquoi ils se sont disputés.

Ce qui s'est passé réellement : deux *Nafs al-Ammara* ont pris le contrôle en moins de trente secondes. Ce qu'aurait fait le *Nafs al-Mutma'inna* de l'homme : dire la même chose différemment, ou choisir un autre moment, ou simplement faire les courses lui-même sans commentaire. Ce qu'aurait fait le *Nafs al-Mutma'inna* de la femme : entendre la remarque comme une information, pas comme un jugement. Répondre à ce qui a été dit, pas à ce qu'elle a cru entendre.

Le *Nafs* non maîtrisé transforme les malentendus en blessures. Le *Nafs* travaillé transforme les blessures en occasions de rapprochement.

Dans son *Ihya Ulum al-Din*, Al-Ghazali enseigne quelque chose de saisissant : le conjoint est le miroir le plus honnête que l'on aura jamais.

Devant les autres, on se tient. Devant son conjoint, après quelques mois ou années, le masque tombe. Les défauts qu'on croyait maîtrisés remontent. Les blessures qu'on pensait guéries se rouvrent. La réaction naturelle du *Nafs* est de briser le miroir, de rejeter sur l'autre la responsabilité de ce qu'on voit. *"Tu me mets en colère." "C'est à cause de toi que..."*

La réaction du croyant qui travaille est inverse : utiliser ce miroir. Se demander : *"Pourquoi cette remarque me touche-t-elle autant ? Qu'est-ce que cela dit de moi ?"* Cette question, qui regarde vers l'intérieur plutôt que vers l'autre, est le début de la maîtrise du *Nafs*.

La maîtrise du *Nafs* n'est pas un état final qu'on atteint et qu'on conserve. C'est un combat quotidien qui dure toute la vie. Le Prophète ﷺ, l'homme le plus spirituellement accompli de l'humanité, cherchait constamment le pardon d'Allah *(Bukhari n°6307)*. Si lui se sentait en besoin constant de vigilance intérieure, qui sommes-nous pour croire que nous avons fini notre travail ?

Dans le mariage, cela signifie : ne pas attendre d'être parfait pour s'engager dans ce modèle. Commencer là où on est. Chuter. Se relever. Recommencer. La *Muhasaba*, l'examen de conscience quotidien, est l'outil concret de ce combat. Elle se pratique le soir, en silence, avec une question simple : *"Comment ai-je traité mon conjoint aujourd'hui ? À quel degré du Nafs ai-je fonctionné ?"* La réponse honnête est le début du changement réel.

Nommer l'ennemi intérieur est une chose. Connaître ce que le combat produit quand il est gagné, même partiellement, même imparfaitement, en est une autre. C'est l'objet du chapitre suivant : la Sakinah, cette paix divine qui s'installe quand deux âmes qui travaillent partagent un espace.

CHAPITRE 6

L'*Ihsan*

Comment passer du foyer correct au foyer d'Excellence

"Il lui demanda : Qu'est-ce que l'Ihsan ? Il répondit : C'est adorer Allah comme si tu Le voyais. Car si tu ne Le vois pas, Lui te voit."

Hadith Jibril, Bukhari n°50, Muslim n°8

Il y a une distance entre ce qui est acceptable et ce qui est excellent.

Un homme peut ne jamais frapper sa femme, et lui faire des blessures profondes par ses paroles. Une femme peut remplir toutes ses obligations contractuelles, et traiter son mari avec une froideur qui l'éteint peu à peu. Un couple peut ne jamais se disputer en public, et vivre dans une indifférence polie qui ressemble au respect mais n'en est pas.

Ces foyers fonctionnent. Ils ne s'effondrent pas. Mais ils ne brillent pas non plus.

L'*Ihsan* est ce qui sépare le foyer qui fonctionne du foyer qui rayonne.

Le Hadith Jibril est l'un des textes fondateurs de la spiritualité islamique. L'ange se présente sous forme humaine et pose trois questions au Prophète ﷺ devant ses compagnons. La troisième : *"Qu'est-ce que l'Ihsan ?"* La réponse du Prophète ﷺ est bouleversante dans sa simplicité : *"C'est adorer Allah comme si tu Le voyais. Car si tu ne Le vois pas, Lui te voit."*

Deux niveaux dans cette définition. Le niveau supérieur : agir *comme si tu voyais Allah*, avec la conscience totale de Sa présence, un état de vigilance et de beauté constantes dans ses actes. Le niveau accessible : agir *en sachant qu'Allah te voit*, même si tu ne ressens pas Sa présence de façon vivante, tu sais qu'elle est réelle. Appliqué au mariage, cela dit une chose simple : traite ton conjoint avec la qualité

d'attention que tu aurais en pleine conscience que la présence d'Allah t'enveloppe, parce qu'Il voit chaque mot, chaque geste. Parce qu'Il est là.

Le mot *Ihsan* et ses dérivés apparaissent plus de cent fois dans le Quran. Allah s'y associe directement : *"Certes, Allah aime ceux qui pratiquent l'Ihsan." (Quran 2:195)* Il ne dit pas qu'Il aime ceux qui évitent les péchés graves. Il dit qu'Il aime ceux qui font *bien* ce qu'ils font. Qui y mettent du soin, de la conscience, de la beauté. Al-Qurtubi commente Quran 4:19 (*"Vivez avec elles de façon convenable"*) en soulignant que le *bil ma'ruf* est le standard minimum, ne pas nuire. Mais le standard de l'*Ihsan* est d'embellir. Ce sont deux niveaux différents, et seul le second produit un foyer d'Excellence.

Le Prophète ﷺ n'a pas théorisé l'*Ihsan* : il l'a incarné dans sa vie conjugale de façon si précise que ses épouses en ont témoigné en détail.

Aïcha (RA), interrogée sur comment il se comportait chez lui, répond sans hésiter : *"Il se tenait au service de sa famille." (Bukhari n°676)* Ce n'est pas un acte isolé ou exceptionnel, c'est une description de son mode de présence *habituel* au foyer. L'*Ihsan* comme posture permanente. Il appelait Aïcha par des surnoms affectueux. Il écoutait ses récits avec attention. Il plaisantait avec elle, courait avec elle dans la ruelle *(Muslim)*. Ibn Qayyim, dans *Zad al-Ma'ad*, recense ces moments non comme des anecdotes mais comme des modèles de comportement conjugal : des actes d'*Ihsan* dans la parole et dans la présence.

Dans la communication, le minimum est de ne pas insulter, ne pas crier, ne pas mentir. L'*Ihsan*, c'est choisir le bon moment pour une conversation difficile. Formuler ses besoins avec soin plutôt que les lancer comme des reproches. Écouter jusqu'au bout avant de répondre. Nommer ce qui va bien avant d'aborder ce qui coince. Le Prophète ﷺ enseignait que la douceur embellit tout ce dans quoi elle est présente *(Muslim n°2594)*. L'*Ihsan* dans la parole, c'est mettre de la douceur dans la vérité, non pour la diluer, mais pour qu'elle soit reçue plutôt que rejetée.

Dans l'attention à l'autre, le minimum est d'être présent physiquement, de répondre quand on est interrogé. L'*Ihsan*, c'est remarquer sans qu'on vous le dise. Percevoir la

fatigue avant qu'elle soit exprimée. Savoir ce qui compte pour son conjoint, non pas en termes généraux, mais dans les détails précis de sa vie. Aïcha (RA) savait quand le Prophète ﷺ était heureux ou triste, même sans qu'il parle. Cette attention fine ne vient pas d'un instinct naturel. Elle vient de la décision de regarder vraiment.

Dans l'effort physique du foyer, le minimum est de ne pas laisser les choses dans un état insupportable. L'*Ihsan*, c'est assumer sa part, et souvent plus, avec une intention. Frotter le sol non pas comme une contrainte accomplie à regret, mais comme un acte de service dont on cherche la récompense auprès d'Allah. Ces actes ordinaires, accomplis par l'homme le plus honoré de l'histoire, ont été mémorisés et transmis pendant quatorze siècles. Pas malgré leur banalité. À travers elle.

Dans la générosité financière, le minimum est de subvenir aux besoins de base. L'*Ihsan*, c'est financer ce qui rend son conjoint heureux, sa parure, ses études, ses loisirs, ses projets, non pas à contrecœur, mais avec la joie de celui qui investit dans quelqu'un qu'il aime. Al-Kasani (*Bada'i al-Sana'i*) précise que la *Nafaqah* inclut tout ce qui est nécessaire au maintien de la dignité et du rang de l'épouse. L'*Ihsan* financier va plus loin : il cherche à ce que l'autre *s'épanouisse*, pas seulement à ce qu'il survive.

Pratiquer l'*Ihsan* conjugal ne demande pas de formations spirituelles avancées. Il demande une seule chose : une **seconde de conscience** avant d'agir.

Avant de répondre à ton conjoint, avant d'accomplir, ou de ne pas accomplir, un acte dans le foyer, avant de prendre une décision qui le concerne, prends une seconde. Dans cette seconde, pose-toi une question : *"Si Allah me regardait faire cela, serais-je fier ?"* Cette question n'est pas une source de culpabilité. C'est une boussole. Quand la réponse est oui, continue. Quand la réponse est non, tu as l'information dont tu as besoin pour choisir autrement.

Un homme qui cuisine pour sa femme parce qu'il y est tenu fait quelque chose de correct. Un homme qui cuisine pour sa femme avec la conscience qu'il accomplit la Sunnah du Prophète ﷺ, qu'il cherche la récompense d'Allah dans ce geste, et qui y met du soin parce que la nourriture qu'il prépare nourrira quelqu'un qu'il aime, celui-là fait la même chose, mais avec *Ihsan*. La différence n'est pas visible de l'extérieur. Elle

est totale de l'intérieur. Et elle change tout : l'expérience de celui qui donne, la qualité de ce qui est reçu, et la *Barakah* qui en découle.

L'*Ihsan* transforme l'ordinaire en adoration.

Ce livre ne s'appelle pas *"Le Mariage Correct"*. Correct n'est pas suffisant. On peut vivre dans un mariage correct et mourir de solitude. On peut respecter toutes les règles et ne jamais connaître la *Sakinah*. L'*Ihsan* demande de mettre sa conscience, son intention et son soin dans chaque acte conjugal, grand ou petit. De ne pas se contenter d'éviter les fautes, mais de chercher activement la beauté.

C'est exigeant. C'est aussi la seule façon de construire un foyer dont on sera fier devant Allah.

La Partie II est maintenant complète. Le sol, la structure, le toit, la lumière sont en place. La Partie III entre dans le vif du sujet : qui êtes-vous l'un pour l'autre, concrètement, et comment ces rôles se déploient dans la vie réelle ?

PARTIE III : LES IDENTITÉS CONJUGALES

CHAPITRE 7

La *Qiwamah* Réinventée

L'homme protecteur, pas dominant

"Les hommes sont qawwamun sur les femmes, en raison de ce qu'Allah a accordé à certains sur d'autres, et en raison de ce qu'ils dépensent de leurs biens."

Quran 4:34

Ce verset est probablement le plus mal utilisé de tout le Quran.

Ce qui s'est passé avec lui est une histoire humaine familière : un texte qui parle de responsabilité a été lu comme un texte qui parle de pouvoir. Des générations d'hommes s'en sont servis pour justifier les décisions unilatérales, les restrictions de mouvement, le droit de commander sans rendre de comptes à personne. Des femmes ont souffert de cette lecture, concrètement, physiquement, dans l'intimité de foyers que personne ne voyait. Ce livre ne l'ignore pas. Et ne fait pas semblant que ce détournement est un accident de l'histoire.

Mais la réponse à un abus n'est pas de jeter le texte. C'est de le lire honnêtement.

D'un côté, des hommes lisent *"les hommes sont qawwamun"* et entendent *"les hommes ont tous les droits"*. De l'autre, des réformistes pressés rejettent le verset en bloc comme s'il était lui-même la source du problème. Les deux lectures ratent le verset. Et les femmes qui vivent entre ces deux positions en paient le prix.

Ce qu'on y trouve en le lisant tel qu'il est, avec la rigueur linguistique, la profondeur juridique et la lucidité qu'il mérite, est à la fois plus exigeant pour l'homme et plus libérateur pour la femme que ce que les deux camps imaginent. La *Qiwamah* non pas comme un privilège, mais comme une *responsabilité totale*. L'homme qui la réclame

sans en assumer les charges est hors-modèle. La femme qui vit avec un homme qui l'assume vraiment ne vit pas en sujétion. Elle vit en sécurité.

Le terme central est *qawwamun*, pluriel de *qayyim*. En arabe classique, un *qayyim* est *"celui qui se tient debout pour prendre soin de quelque chose ou de quelqu'un"*. Al-Raghib al-Isfahani, dans son *Mufradat Alfaz al-Quran*, précise : le *qayyim* est le gardien, celui qui veille, non pas celui qui domine, mais celui qui *prend en charge*. Un père est le *qayyim* de ses enfants mineurs. Un tuteur est le *qayyim* de l'orphelin. Dans ces usages, le *qayyim* porte une responsabilité. Il ne reçoit pas un privilège.

Ce que la majorité ignore, c'est que le verset ne dit pas simplement *"les hommes sont qawwamun"*. Il précise immédiatement *pourquoi*, et cette précision change tout. Il y a deux conditions dans ce texte, côte à côte, indissociables. La première : *"en raison de ce qu'Allah a accordé à certains sur d'autres"*, une responsabilité contextuelle, non une supériorité ontologique, que les savants classiques ont toujours liée à la charge de provision et à la responsabilité légale extérieure. La seconde : *"en raison de ce qu'ils dépensent de leurs biens"*, la *Nafaqah*, l'obligation financière. L'homme est *qawwam* parce qu'il pourvoit. Quand cette condition n'est pas remplie, il perd la base même de sa fonction. Le titre n'existe pas sans le prix.

Ibn Ashur (*Maqasid al-Shariah al-Islamiyya*) est explicite : la *Qiwamah* est une **fonction sociale conditionnelle**, non un statut ontologique permanent. Elle répond à une réalité économique et sécuritaire historique. Elle évolue dans sa forme quand les conditions changent, mais son essence demeure : responsabilité, protection, direction.

Ce que ce livre défend depuis le chapitre 3 complète cette lecture d'Ibn Ashur. La *Qiwamah* tient à deux conditions qui se renforcent mutuellement. L'une est individuelle : l'homme qui n'assume pas ses charges perd son autorité morale, la *Qiwamah* n'est pas un statut héréditaire, c'est une fonction liée à son accomplissement réel. L'autre est contextuelle : elle ne justifie pas la domination dans des foyers où la femme contribue économiquement autant ou plus. Ibn Ashur a montré qu'elle était historiquement liée à un régime de provision exclusive, pas à une norme absolue indépendante du contexte. Ces deux conditions forment une lecture

qui résiste à tous les détournements. Ni le mari qui ne pourvoit pas et réclame l'obéissance. Ni le mari qui pourvoit et se croit dispensé de consultation.

Lire honnêtement le verset dans son contexte, c'est réaliser que la *Qiwamah* est une liste de charges. Pas de privilèges.

Pourvoir intégralement aux besoins matériels du foyer *(Quran 65:6-7)*. Protéger sa femme et ses enfants. Porter la responsabilité légale et sociale face au monde extérieur. Diriger de façon consultative, non tyrannique *(Quran 42:38)*. Rendre compte de sa gestion, devant sa famille et devant Allah.

L'homme qui comprend vraiment ce que la *Qiwamah* exige ne se réjouit pas d'avoir le pouvoir. Il mesure la charge.

Al-Qaradawi pose une ligne claire : la *Qiwamah* ne donne pas le droit de prendre des décisions sans consulter, de contrôler les mouvements de sa femme, de monopoliser les revenus du foyer, ni d'imposer ses caprices au nom d'une autorité qu'on a réduite à un droit absolu. Ibn Hazm va plus loin : l'obéissance de la femme à son mari est **conditionnelle**, elle s'arrête là où commence l'injustice. Il n'y a pas d'obéissance légitime à un *Dhulm*. Ce n'est pas une opinion moderne. C'est du droit islamique classique.

Réinterpréter la *Qiwamah* à la lumière des réalités contemporaines n'est pas une concession à l'air du temps. C'est une application de principes que les juristes classiques ont formulés bien avant que la question ne se pose dans nos foyers de banlieue.

Ibn 'Abidin, référence de l'école hanéfite, l'énonce sans détour : *"Beaucoup de règles changent avec le temps selon l'évolution des coutumes et des conditions."* Al-Suyuti en fait une maxime : *"La norme change avec le changement des temps et des lieux."* Ces principes ne dissolvent pas la *Qiwamah*. Ils permettent de distinguer son essence, à savoir la responsabilité, la protection et la direction, de ses formes historiques liées à un contexte économique et social que nous n'habitons plus.

La preuve la plus forte ne vient pas d'un traité de fiqh. Elle vient de la vie du Prophète ﷺ. Khadija (RA) dirigeait, avant et pendant son mariage, l'entreprise commerciale la

plus importante de La Mecque. C'est elle qui a proposé le mariage, acte de souveraineté total sur sa propre vie. C'est elle qui a financé les débuts de l'Islam avec sa fortune personnelle. Le Prophète ﷺ travaillait pour elle. Il ne l'a jamais restreinte dans ses activités, jamais contrôlée, jamais limitée au nom de sa *Qiwamah*. Si ce concept avait été le droit absolu de contrôler la femme, il l'aurait appliqué à ses propres épouses. Il ne l'a pas fait. L'exemple prophétique tranche.

Deux hommes. Les deux se réclament de la *Qiwamah*.

Le premier subvient aux besoins de sa famille. Il prend les grandes décisions, mais consulte sa femme, écoute ses arguments, explique sa réflexion. Il assume seul les responsabilités légales et sociales extérieures. Quand il se trompe, il l'admet, sans avoir besoin que quelqu'un le lui arrache. Il protège sa femme des pressions extérieures, y compris de sa propre famille. Il défend son honneur en son absence, dans des conversations qu'elle n'entend jamais. Il frotte le sol parce qu'il a compris que la *Qiwamah* extérieure s'équilibre par le service intérieur. Cet homme porte la *Qiwamah*. Elle lui coûte quelque chose. Elle produit quelque chose.

Le second se lève le matin avec la conviction que son statut d'homme lui donne le droit de décider, d'exiger et d'être servi. Il cite Quran 4:34 dès que sa femme ose questionner une décision, mais n'a jamais ouvert les versets suivants, ceux sur la justice et la consultation. Il n'assume aucune tâche domestique. Il ne consulte pas. Il ne rend pas de comptes. Sa *Nafaqah* est minimum. Ses exigences sont maximales. Cet homme *réclame* la *Qiwamah* sans en remplir les conditions. Selon Ibn Ashur, il n'en a pas le droit.

La *Qiwamah* n'est pas un titre héréditaire. C'est un poste qu'on mérite par ce qu'on fait, chaque jour.

Ce que la *Qiwamah* change pour la femme, c'est une chose précise : la sphère publique et décisionnelle stratégique. L'homme porte la charge finale, il est le référent légal, le responsable ultime face au monde extérieur. Pour la femme qui comprend cela, accepter cette configuration n'est pas de la soumission. C'est de la sécurité. Elle n'a pas à porter seule le poids des confrontations extérieures, des face-à-face avec les

administrations, des conflits familiaux qui ne devraient pas lui appartenir. Elle délègue cette charge à celui qui en a les épaules. Et en échange, il lui doit tout ce que ce chapitre a décrit.

Ce que la *Qiwamah* ne touche pas : l'indépendance financière totale de la femme *(Quran 4:32)*, son droit à s'exprimer et à débattre, sa souveraineté sur la sphère intérieure du foyer, ses droits patrimoniaux, sa valeur spirituelle égale devant Allah *(Quran 49:13)*. La *Qiwamah* n'est pas une hiérarchie de valeur. C'est une répartition fonctionnelle des responsabilités. Ces deux choses n'ont rien à voir, et les confondre est la source de presque tous les abus commis en son nom.

Le chapitre suivant montre le visage concret de ce rôle : non plus l'autorité comme concept abstrait, mais la chevalerie comme pratique quotidienne : le mari qui sert, protège et s'abaisse pour élever.

CHAPITRE 8

La Chevalerie du Mari

Le service comme preuve d'autorité

"Le meilleur d'entre vous est celui qui est le meilleur envers sa famille, et je suis le meilleur d'entre vous envers ma famille."

Tirmidhi n°3895, authentifié par Al-Albani

L'Affirmation : La Sagesse

Il y a une confusion profonde dans l'esprit de beaucoup d'hommes entre la force et la domination.

Un homme fort, dans la culture populaire, est celui qui ne plie pas, ne sert pas, ne s'abaisse pas. Il commande. On lui obéit. Il prend. On lui donne. Son autorité se mesure à la quantité de choses qu'il peut exiger sans être contesté. Cette image est ancienne, séduisante, et profondément fausse.

La force véritable, ce que le Prophète ﷺ définit lui-même, est *"celle de celui qui se maîtrise dans la colère" (Bukhari n°6114)*. Et la supériorité véritable est celle de celui qui est *"le meilleur envers sa famille" (Tirmidhi n°3895, authentifié par Al-Albani)*. Non pas le plus craint. Le meilleur.

Ce n'est pas une invitation à la douceur de façade. C'est un renversement complet de ce que signifie l'autorité. Ce chapitre explore le concept de *Futuwwah*, la chevalerie spirituelle islamique, comme modèle de l'identité masculine dans le foyer. Un modèle qui propose quelque chose de bien plus exigeant que la domination : l'homme dont l'autorité morale est la *conséquence* de son service, jamais sa cause.

La Preuve : Le Sacré

Le Prophète ﷺ comme modèle absolu de chevalerie conjugale

Le Bukhari n°676 est l'un des hadiths les plus importants et les moins utilisés sur le comportement conjugal masculin. Aïcha (RA), interrogée sur la conduite du Prophète ﷺ à la maison, répond sans hésiter :

> *"Il se tenait au service de sa famille (fi khidmati ahlihi). Quand venait l'heure de la prière, il se levait pour prier."*

> ***Sahih al-Bukhari, Kitab al-Adab***

"Il se tenait" : pas un acte isolé, une description de son état habituel au foyer. *"Au service"* : non pas en train d'être servi. *"De sa famille"* : pas de ses compagnons, pas de ses délégations. Précis. Sans équivoque.

Le Prophète ﷺ cousait ses propres sandales. Réparait ses vêtements. Aidait aux préparatifs domestiques. L'homme qui portait la plus haute autorité spirituelle et politique de son époque, et qui choisissait de servir sa famille de ses propres mains. Personne ne le lui demandait. Il choisissait.

Si cela le diminuait, il ne l'aurait pas fait. S'il l'a fait, c'est que cela l'élevait.

La *Futuwwah* : la chevalerie spirituelle islamique

Le concept de *Futuwwah* est l'un des piliers de la spiritualité islamique classique. Al-Sulami (Xe siècle) lui a consacré un traité entier (*Kitab al-Futuwwa*) qui en donne la définition la plus complète :

> *"La Futuwwah est l'idéal de l'homme libre, fidèle, courageux et protecteur des faibles. Elle constitue le sommet de la démarche soufie : non la maîtrise d'autrui, mais la maîtrise de soi au service d'autrui."*

Ibn Arabi (*Futuhat al-Makkiyya*) précise que le Prophète ﷺ est le modèle absolu de *Futuwwah*, précisément parce qu'il atteignait les plus hauts degrés spirituels tout en maintenant la posture la plus humble dans sa vie privée. La *Futuwwah* n'est pas la

bravoure du guerrier. C'est **l'humilité du serviteur fort**, celui qui pourrait dominer et choisit de servir.

Dans le foyer, la *Futuwwah* conjugale ressemble à ceci : l'homme qui pourrait commander choisit de servir. La faiblesse se défend. La force peut s'abaisser sans se perdre.

Aucun homme noble ne traite mal les femmes

Le Prophète ﷺ a dit :

> *"Aucun homme noble ne traite les femmes de façon honorable sauf un homme noble, et aucun homme ignoble ne les traite de façon méprisable sauf un homme ignoble." (Ibn Majah)*

Il dit que la façon dont un homme traite sa femme révèle exactement qui il est, pas ce qu'il prétend être en public, pas la façon dont il se tient à la mosquée le vendredi. Ce qu'il est réellement, seul avec elle, quand personne ne regarde. L'homme qui humilie sa femme chez lui et joue au noble dehors n'est pas en train de gérer ses deux faces. Il est un imposteur.

Le *Khidmah* : le service comme acte de foi

Khidmah signifie service. Dans la tradition soufie et islamique classique, le *Khidmah* est considéré comme l'une des formes les plus élevées d'adoration, parce qu'il demande de mettre son ego de côté pour se consacrer au bien d'un autre.

Le Prophète ﷺ a dit : *"Quand un homme dépense sur sa famille en cherchant la récompense d'Allah, c'est une aumône (Sadaqah) pour lui." (Bukhari n°55)*. Ce hadith s'applique aux dépenses financières, mais les savants classiques l'ont étendu aux dépenses d'énergie et de temps au service de la famille. Laver la vaisselle avec l'intention d'une *Sadaqah* envers son foyer n'est pas de la servitude. C'est de l'adoration.

Les 5 dimensions de la chevalerie conjugale

1. La chevalerie du service physique

L'homme chevaleresque prend en charge l'effort physique du foyer, cuisiner, nettoyer, laver, gérer la maintenance, faire les courses. Sa femme ne s'épuise pas. Il s'occupe de tout.

La jurisprudence Shafi'ite et Hanbalite (Al-Nawawi, Ibn Qudamah) confirme que c'est le mari qui doit fournir la demeure *entretenue* et les repas *préparés*, c'est le fiqh, qui protège le droit de la femme. La Sunnah prophétique élève davantage : le Prophète ﷺ ne se contentait pas de fournir, il servait lui-même. *(La Sunnah élève l'idéal : le fiqh protège le droit. La chevalerie ici suit la Sunnah.)*

Ce n'était pas exceptionnel. Dans les foyers de la première génération musulmane, l'homme se tenait aux pieds de sa femme comme on s'assied naturellement près de quelqu'un qu'on aime, quand elle était assise, quand elle se reposait, le soir au lit avant de dormir. Il prenait ses pieds dans ses mains, les massait, les lavait, les embrassait. Pas un rituel, une habitude.

Al-Ghazali le décrit dans son *Ihya* parmi les expressions de la tendresse conjugale due : l'homme qui prend soin du corps de sa femme avec ses mains, dans le soin autant que dans le désir. Et le Prophète ﷺ lui-même, que Aïcha (RA) décrivait "au service de sa famille", incarnait cette proximité physique, basse, attentive.

Les savants qui ont écrit sur la vie des foyers pieux transmettent une image récurrente : l'homme rentre chez lui, trouve sa femme assise, s'assied à ses pieds avant même d'avoir parlé. Elle pose sa main. Il prend ses pieds dans les siennes. La soirée commence là.

"Le Paradis est sous les pieds des mères." Cette phrase dit quelque chose de concret. L'homme qui est aux pieds de sa femme est littéralement à l'endroit le plus proche du Paradis dans son foyer. Chaque fois qu'il masse, qu'il lave, qu'il embrasse, qu'il caresse, il accumule des bonnes actions. Il se rapproche d'Allah par un geste simple, que personne ne voit sauf elle et Lui.

Ça s'est perdu. Pas parce que c'était faux, parce que l'homme a oublié ce que ça valait.

Aujourd'hui l'homme ne veut plus ça. Pas parce qu'il a prouvé que c'était mal, parce qu'il a décidé que c'était incompatible avec la force. Un homme fort ne s'assied pas aux pieds de sa femme. C'est ce que la culture lui a appris. Et il l'a cru.

Mais le vrai homme a toujours eu deux visages : fort à l'extérieur, tendre à l'intérieur. Dehors il tient, il protège, il ne plie pas. Dedans, dans son foyer, avec elle, il descend. Il s'approche. Il est bas quand il le faut. Ce n'est pas une contradiction, c'est la définition de l'homme complet. Celui qui peut être les deux est le seul qui soit vraiment fort.

La femme, elle, a honte maintenant. Pas de son désir, Allah l'a mis là, dans sa nature profonde, et il n'a aucune raison d'être caché. Elle a honte à cause de l'attitude de l'homme. Elle voudrait ça. Elle voudrait le sentir bas, proche, à ses pieds. Mais elle le tait. Elle fait semblant de ne pas en avoir besoin. Par crainte du regard, par crainte de paraître. Elle efface quelque chose qu'Allah a posé en elle.

Quelle perversion. Effacer une nature divine par peur du regard des autres. L'homme refuse par orgueil. La femme se tait par honte de son propre désir. Et les deux perdent ce qu'Allah avait prévu pour eux.

Il s'occupe d'elle dans les détails. Ses pieds qu'il soigne et embrasse, régulièrement, comme un acte de soin, pas de circonstance. Il les masse quand elle rentre fatiguée. Il met ses chaussures avant qu'elle parte, les retire quand elle revient. Ces gestes n'ont pas de nom juridique. L'homme qui prend soin des pieds de sa femme dit avec son corps ce que les mots ne disent pas toujours : *"je vois ce que tu portes, et c'est moi qui prends le reste."* Ces gestes ne figurent dans aucun contrat. Ils font la chevalerie réelle.

2. La chevalerie de la protection

L'homme chevaleresque est le bouclier de sa femme, contre les pressions extérieures, les regards malveillants, les injustices sociales, les conflits familiaux dans lesquels elle ne devrait pas avoir à se battre seule.

Concrètement : défendre son honneur en son absence. Ne jamais se moquer d'elle devant les autres. Prendre sa défense quand sa propre famille est injuste envers elle. Ne pas exposer ses failles aux amis ou aux proches. Être le premier à dire *"ma femme a raison"* quand elle a raison, y compris et surtout devant des témoins.

Le Quran appelle les époux *libas* l'un de l'autre *(2:187)* : le vêtement couvre. Il ne montre pas. La chevalerie de la protection ressemble à un vêtement qui enveloppe, pas à un doigt qui pointe.

3. La chevalerie de la générosité financière

L'homme chevaleresque dépense sur ce qui embellit sa femme et nourrit son épanouissement. Non pas parce qu'il est riche, mais parce que sa mentalité est celle du don, pas du contrôle.

Ibn Qudamah (*Al-Mughni*) précise que la *Nafaqah* obligatoire de l'homme inclut les soins, les parfums et tout ce qui est nécessaire au maintien de la dignité de l'épouse. La chevalerie va au-delà de l'obligation : elle anticipe, elle offre, elle finance les rêves de sa femme, ses études, ses projets, ses passions, non comme un investissement calculé, mais comme une expression d'amour qui se passe de retour.

L'homme qui surveille chaque dépense de sa femme et questionne chaque achat de vêtement confond la gestion du budget avec le contrôle d'une personne.

4. La chevalerie de la parole

L'homme chevaleresque choisit ses mots. Il ne crie pas. Il ne méprise pas. Il ne sort pas les erreurs passées comme des armes dans les moments de tension. Il ne commente pas le corps, le caractère ou l'intelligence de sa femme de façon destructrice.

Le Prophète ﷺ appelait Aïcha (RA) *Aish*, un surnom affectueux. Il lui disait des mots doux. Il plaisantait avec elle. Il exprimait sa tendresse verbalement et physiquement. La chevalerie de la parole ne se limite pas à l'absence de blessure, c'est une présence active, qui nourrit.

5. La chevalerie de la présence

L'homme chevaleresque est *là*, vraiment là. Il regarde sa femme quand elle parle. Il se souvient de ce qu'elle lui a dit la semaine dernière. Il demande des nouvelles de ses préoccupations. Il remarque quand quelque chose ne va pas sans qu'elle ait besoin de le dire.

Cette présence est la forme la plus intime du service. Elle ne coûte ni argent ni effort physique, mais elle demande quelque chose de plus difficile : déposer son ego et s'intéresser véritablement à l'autre par désir.

L'Illustration : La Vie

L'homme qui descend pour monter

Il y a un paradoxe au cœur de la chevalerie islamique que la culture moderne peine à comprendre : *l'homme qui s'abaisse monte aux yeux de sa femme*.

L'homme qui se tient au foyer sans qu'on le lui demande gagne le respect de sa femme. Celui qui dit *"j'ai eu tort"* sans attendre d'y être forcé ne se diminue pas. Celui qui dépense sur l'épanouissement de sa femme sans compter ne se dépouille pas. La grandeur ne se mesure pas à ce qu'on retient, mais à ce qu'on est capable de donner.

Chaque femme interrogée sur ce qu'elle admire chez son mari cite rarement sa voiture ou sa carrière. Elle cite la façon dont il l'a défendue quand sa famille était injuste. La façon dont il a préparé à manger quand elle était malade. La façon dont il a dit *"c'est toi qui as raison"* devant les enfants.

Ce sont des actes de chevalerie. Ils ne font pas de bruit. Ils font une vie.

L'homme qui a vécu ce retournement ne peut pas vraiment l'expliquer à celui qui ne l'a pas vécu. Il dit seulement que quelque chose a changé dans la façon dont son foyer lui appartient, non parce qu'il le contrôle, mais parce qu'il l'a choisi. Pas le foyer qu'il s'était imaginé. Quelque chose de mieux.

On n'y va pas par devoir : on y revient par désir

Il y a une chose que personne ne dit à l'homme qui n'a pas encore expérimenté le service : on ne commence pas parce qu'on en a envie. On y revient parce qu'on ne peut plus s'en passer.

L'homme qui se met au service de son foyer la première semaine le fait peut-être par conviction intellectuelle, il a lu les textes, il comprend le *Khidmah*, il veut bien faire. Les premières semaines sont un investissement sans retour immédiat visible. C'est normal. L'habitude précède le désir, comme pour la prière, comme pour n'importe quelle ascèse. On pose l'acte avant de ressentir la récompense. Et puis quelque chose change.

Derrière cette porte, il y a quelqu'un qui va bien. Quelqu'un dont le bien-être dépend en partie de lui, et dont il voit le soulagement, la légèreté, la présence, et il reconnaît dans ce soulagement quelque chose qu'il a construit. Ce sentiment-là, personne ne peut le lui prendre.

De la satisfaction, celle de l'artisan qui voit son travail tenir. L'homme qui sert son foyer avec conscience n'est pas épuisé par cela sur la durée. Il est nourri par cela. Parce que l'énergie dépensée pour quelqu'un qu'on aime revient différemment de l'énergie dépensée pour quelqu'un qui vous est indifférent.

Sa femme le sent aussi. Elle ne le voit pas comme un homme qui accomplit une obligation, elle le voit comme un homme qui a choisi d'être là, vraiment là. Et cette vision qu'elle a de lui change quelque chose dans la façon dont elle le regarde, dont elle lui parle, dont elle est présente. Il reçoit ce qu'aucune domination ne peut produire : une femme qui l'aime librement.

La *Futuwwah* n'est pas la faiblesse

Levons une confusion possible : la chevalerie islamique n'est pas une invitation à la passivité ou à la capitulation.

L'homme chevaleresque est ferme sur les principes. Il prend des décisions difficiles quand elles sont nécessaires. Il n'est pas manipulable, ni pliant à toute demande. Il a

une colonne vertébrale, et c'est précisément parce qu'il en a une qu'il peut s'agenouiller librement.

La différence entre le faible et le chevaleresque tient à la source du geste, pas au geste lui-même. Le faible obéit parce qu'il n'a pas le choix. Le chevaleresque sert parce qu'il l'a choisi. L'un est conduit. L'autre conduit, et choisit de se baisser.

Le chevalier qui tombe et revient

Ce modèle ne demande pas à l'homme d'être parfait sept jours sur sept. Il ne lui demande pas de cuisiner avec le même élan le soir d'une journée épuisante que le matin d'un jour de repos.

Il lui demande de revenir quand il en est tombé.

La *Futuwwah* n'est pas une performance sans faille, c'est une direction. L'homme qui a glissé dans la fatigue ou la mauvaise humeur pendant quelques jours n'a pas trahi le modèle s'il sait y revenir. Ce qui le distingue du modèle ordinaire, c'est qu'il nomme ses écarts, non pas pour se flageller, mais pour ne pas les normaliser. *"Je n'ai pas été là cette semaine. Je reviens."* Cette phrase, dite honnêtement, est un acte de chevalerie autant que le service physique.

Sa femme le sait aussi. La *Sakinah* du foyer n'exige pas un chevalier parfait, elle exige un chevalier sincère.

3 Choses à Faire Cette Semaine

Pour l'homme :

1. Choisir l'une des 5 dimensions de la chevalerie, à savoir le service physique, la protection, la générosité, la parole et la présence, et décider d'y faire un acte concret et délibéré cette semaine. Un seul acte, accompli avec la conscience du *Khidmah*, vaut plus que dix actes accomplis à contrecœur.
2. Se souvenir d'un moment récent où votre ton, vos mots ou votre absence ont manqué à la chevalerie. Ne pas culpabiliser, observer. Comprendre le déclencheur. Décider d'un comportement différent pour la prochaine fois.

3. Lire ou relire la biographie du Prophète ﷺ dans son foyer, disponible dans *Zad al-Ma'ad* d'Ibn Qayyim ou dans tout bon livre de Sira. Choisir un acte de sa conduite conjugale à imiter cette semaine.

Pour la femme :

1. Quand votre mari accomplit un acte de *Khidmah*, qu'il soit grand ou petit, le nommer et le reconnaître verbalement. Pas comme une politesse, mais comme une vérité : *"Je vois ce que tu fais. Je l'apprécie."* Cette reconnaissance est le carburant de la chevalerie.
2. Observer s'il existe des formes de service que vous attendez sans jamais les exprimer, et choisir d'en exprimer une cette semaine clairement, avec douceur. La chevalerie ne fonctionne pas dans le silence des attentes non formulées.
3. La réciprocité de l'accueil : quand votre mari rentre du *Zahir* épuisé, lui offrir un espace de décompression réelle est un geste de souveraine intelligente, pas un devoir. Et l'inverse est vrai aussi : lui, quand il rentre, ne doit pas non plus arriver en mode chantier, lister ce qu'il reste à faire et passer à l'action sans vous avoir d'abord vue. Un chevalier entre dans son foyer avec intention : il vous cherche d'abord, il dépose ce qu'il a vécu, il est présent avant d'être efficace. La *Sakinah* se construit dans les deux sens.

Le chapitre suivant tourne le miroir dans l'autre sens : il explore l'identité de la Reine du sanctuaire, qui elle est, quelle est sa souveraineté, et en quoi consiste son travail réel.

CHAPITRE 9

La Souveraineté de la Reine

La femme gardienne du sanctuaire

"Le monde entier est une jouissance, et la meilleure jouissance du monde est la femme vertueuse."

Muslim n°1467

Ce chapitre parle aux femmes. Mais les hommes ont tout intérêt à le lire.

Il existe une erreur symétrique à celle de l'homme qui confond *Qiwamah* et domination : celle de la femme qui confond humilité et effacement. Qui croit que la vertu islamique consiste à n'avoir pas d'avis, à n'occuper aucun espace, à se faire oublier dans son propre foyer. Cette femme-là n'est pas vertueuse. Elle est absente. Et un homme qui vit avec une absence ne construit pas un foyer, il occupe un espace vide.

La femme est ce que les textes décrivent depuis quatorze siècles : la souveraine du sanctuaire intérieur. Pas une servante couronnée. Une souveraine réelle, avec une autorité sur un domaine concret, des responsabilités qui ne se délèguent à personne.

Le Prophète ﷺ a dit : *"Le monde entier est une jouissance, et la meilleure jouissance du monde est la femme vertueuse." (Muslim n°1467)* Ce hadith est une déclaration de valeur. Il ne dit pas que la femme est utile. Il dit qu'elle est la **meilleure chose** que ce monde contient. Pas la plus soumise.

Al-Ghazali rappelle dans son *Ihya Ulum al-Din* que la femme vertueuse n'est pas définie par sa passivité, mais par sa capacité à créer et maintenir la *Sakinah* du foyer. Ce qui exige bien plus que l'effacement.

Khadija bint Khuwaylid était, avant son mariage avec le Prophète ﷺ, la femme d'affaires la plus puissante de La Mecque. Après le mariage, elle n'est pas devenue une autre femme. Elle a continué à être Khadija, forte, financièrement indépendante, avec son propre patrimoine, ses propres opinions, sa propre présence. C'est elle qui a proposé le mariage, acte de souveraineté totale sur sa propre vie. C'est elle qui a financé les débuts de l'Islam de sa fortune personnelle. C'est elle que le Prophète ﷺ a pleurée des années après sa mort, à tel point qu'Aïcha (RA) avouait en être jalouse. La femme que le Prophète ﷺ a le plus aimée n'était pas une femme effacée. C'était une femme complète.

Aïcha (RA) est la source de plus de deux mille hadiths. Elle enseignait, débattait, contredisait quand elle avait raison, corrigeait des Compagnons illustres sur des points de jurisprudence. Elle débattait avec le Prophète ﷺ lui-même, et il l'écoutait. Il respectait ses arguments. Il lui donnait raison quand elle avait raison. Elle n'avait pas effacé sa personnalité au nom de l'obéissance conjugale. Elle l'avait déployée, et le Prophète ﷺ non seulement l'acceptait, mais l'aimait précisément pour ça.

La souveraineté de la femme dans ce modèle n'est pas une métaphore poétique. Elle a des contenus précis.

La femme administre le budget familial. L'homme génère le capital, elle l'arbitre et le gère. Ses dépenses liées à sa parure, ses soins, ses vêtements et son épanouissement sont inconditionnelles et incontestables : la jurisprudence classique, Al-Kasani en tête dans son *Bada'i al-Sana'i*, en fait partie intégrante de la *Nafaqah*. Aucun mari n'a le droit de les disputer. Ce n'est pas une concession moderne, c'est du droit islamique vieux de plusieurs siècles.

C'est elle aussi qui décide de la tonalité émotionnelle du sanctuaire. Est-il chaleureux ? Accueillant ? Vivant ? L'homme qui rentre dans un foyer où sa femme est épanouie et présente dépose son stress en franchissant le seuil. Ce n'est pas de la magie, c'est de l'architecture. C'est précisément pour cela que l'homme prend en charge l'effort physique du foyer : pour que la femme ait l'énergie et l'espace qu'exige cette souveraineté. Une logique, pas une concession.

Al-Ghazali le précise dans l'*Ihya Ulum al-Din* : une femme épuisée, sans espace pour elle-même, ne peut pas être la souveraine de son foyer. Elle en est l'ombre. Et les ombres ne nourrissent pas les âmes.

La souveraine parle. Elle formule ses besoins, ses désaccords, ses visions. Elle n'attend pas que son mari devine, elle dit. Cette parole n'est pas de la rébellion. C'est de la présence. Le foyer silencieux n'est pas en paix. Il est anesthésié.

La souveraineté libère. Ce qu'elle libère en elle vaut plus que tout ce qu'on pourrait lui imposer.

La Reine n'est pas celle qui dicte froidement ses conditions. Elle est celle qui porte ses droits avec la dignité de quelqu'un qui en connaît la valeur. Pas comme une revendication, comme une évidence. Une femme qui sait ce qu'elle vaut n'a pas besoin d'élever la voix pour être entendue.

Quand la femme est déchargée de l'épuisement physique, quand c'est lui qui cuisine, qui nettoie, qui porte la logistique, quelque chose d'inattendu se produit. Elle retrouve de l'espace. De l'espace pour sentir, pour penser, pour *être*. Et une femme qui a de l'espace investit dans la présence, dans la chaleur, dans la tonalité du foyer d'une façon que personne ne peut lui dicter. Cette présence n'est pas une dette qu'elle rembourse, c'est un acte qui a sa valeur propre dans l'Islam. Le Quran l'énonce : *"Elles ont des droits équivalents à leurs obligations, selon ce qui est convenable" (wa lahunna mithlu alladhi 'alayhinna bil-ma'ruf) (Quran 2:228)*. La réciprocité conjugale est un principe coranique, pas seulement la conséquence naturelle du bonheur reçu.

Elle voit ce que son mari accomplit. Elle le nomme, elle l'exprime. La *Shukr*, la reconnaissance active, est un acte de foi qui a sa valeur propre, au-delà de ce qu'elle reçoit. Non parce que la gratitude jaillit mécaniquement du bien-être, mais parce qu'elle sait ce que valent les actes de son mari et que les nommer est un acte juste.

Libérée de la fatigue chronique, elle retrouve ce que la surcharge moderne lui avait volé : elle-même. Prendre soin de sa santé, de sa beauté, de sa vitalité, ce n'est pas une obligation envers son mari. C'est l'exercice de sa souveraineté sur son propre corps. La

femme qui s'est retrouvée n'a pas besoin qu'on lui demande de rayonner. Elle rayonne.

La souveraine du sanctuaire sait ce qui ne lui appartient pas et ce qui lui appartient.

Elle ne prend pas en charge les corvées physiques par défaut, ni par peur du conflit, ni par habitude culturelle, ni par une fausse idée de la générosité. Si elle le fait librement par amour, c'est une *Sadaqah* qui lui revient. Si elle le fait sous la contrainte ou faute d'alternative, c'est une injustice qu'elle subit, et ces deux réalités n'ont pas le même nom. Elle ne gère pas les finances du foyer en demandant la permission pour chaque dépense : c'est elle qui administre, c'est elle qui arbitre. Elle ne s'efface pas. Elle ne se tait pas quand elle a quelque chose à dire. Elle ne porte pas seule le poids émotionnel du foyer pendant que son mari décompresse dans sa bulle.

Tenir ses droits avec fermeté, c'est de la dignité ; l'Islam l'oblige, il ne l'interdit pas.

Trois textes suffisent à poser le cadre. *"Aux hommes la part qu'ils ont acquise, et aux femmes la part qu'elles ont acquise" (Quran 4:32). "Les croyants et les croyantes sont alliés les uns des autres" (Quran 9:71)* : le terme *awliya* (alliés, protecteurs) est utilisé pour les deux en miroir parfait, la femme protège autant qu'elle est protégée, elle est alliée, pas dépendante. *"Le plus noble d'entre vous auprès d'Allah est le plus pieux" (Quran 49:13)* : la noblesse devant Allah ne connaît pas de genre. Ces textes ne sont pas des concessions à l'époque. Ils ont été révélés il y a quatorze siècles.

La Reine ne mendie pas ses droits après l'union. Elle les inscrit avant, dans le cadre du contrat de mariage, devant le *Wali*, avec clarté et sans honte. Les chapitres sur le filtrage pré-conjugal et le contrat de mariage détailleront les mécanismes pratiques. Le principe, lui, est simple : poser le cadre avant, pas revendiquer l'injustice après.

> *"Déléguer les arbitrages extérieurs à mon mari, les conflits avec les propriétaires, les négociations financières, les pressions familiales, m'a libérée d'un épuisement que je ne savais même plus mesurer. En rentrant du travail, je n'ai plus à gérer la logistique lourde du monde extérieur. Je récupère. Je suis présente. Je suis moi. Ce n'est pas de la soumission, c'est la division du travail la plus intelligente que j'aie jamais expérimentée."*

> ***Camélia, 29 ans*** *(ingénieure, mariée depuis deux ans)*

Une précision sur ce témoignage : cette délégation est libératrice parce qu'elle est un choix conscient. Camélia délègue parce qu'elle le veut, parce que ce modèle lui convient et qu'elle a un mari qui assume réellement la sphère extérieure. Ce n'est pas la même chose que la délégation forcée, celle d'une femme qui n'a pas le choix, qui porte en silence ce qu'elle voudrait exprimer, et que personne n'écoute. La distinction est fondamentale : la première est de la souveraineté exercée librement ; la seconde est une contrainte déguisée en harmonie. Ce livre parle de la première.

"Le Paradis est sous les pieds des mères."

Ce n'est pas une métaphore. C'est une adresse.

"Les pieds de ta femme sont un remède et une maison."

Et l'homme qui rentre dans ce foyer n'a pas besoin qu'on lui explique la valeur de ce qu'il trouve. L'homme qui choisit ce seuil plutôt qu'ailleurs offre à sa femme la marque de respect la plus simple qui soit : *"Ce que tu as construit ici vaut tout ce que l'extérieur peut m'offrir."*

Le chapitre suivant assemble tout ce qui précède dans une architecture globale et révèle la logique profonde qui rend ce modèle cohérent : la dualité Zahir/Batin, deux royaumes distincts et complémentaires.

CHAPITRE 10

Le *Zahir* et le *Batin*

Deux royaumes, deux autorités

"Il est le Premier et le Dernier, le Manifeste (Al-Zahir) et le Caché (Al-Batin)."

Quran 57:3

Le foyer islamique d'Excellence repose sur une réalité simple, claire et souvent mal comprise : **l'homme et la femme ne gouvernent pas les mêmes espaces**.

Dehors, l'homme dirige. Il porte la *Qiwamah*, la responsabilité légale, la protection, les décisions stratégiques face au monde. Il en assume seul les conséquences. Dedans, la femme dirige. Elle détient l'autorité sur la vie intérieure du foyer. Ses décisions s'imposent. Son mari les exécute.

Cela semble contredire la *Qiwamah*. Ça ne la contredit pas, ça la complète. L'homme est *Qawwam* dehors : il tient le monde extérieur, absorbe ses chocs, en assume les responsabilités. Ce faisant, il a construit et sécurisé un espace intérieur, un sanctuaire. Et ce sanctuaire, il l'a confié à sa femme. Un homme qui bâtit un palais et en remet les clés intérieures à sa femme n'a pas perdu son autorité. Il en a fait le plus noble usage.

Cette dualité porte un nom dans la pensée islamique : *Zahir* et *Batin*, le Manifeste et le Caché, l'Extérieur et l'Intérieur.

Le Quran 57:3 attribue à Allah deux de Ses Noms parmi les plus sublimes : *Al-Zahir*, le Manifeste, Celui qui est apparent dans Sa création, et *Al-Batin*, le Caché, Celui qui transcende toute apparence. Ces deux dimensions ne s'excluent pas. Elles coexistent et se complètent dans une tension créatrice qui produit la totalité de l'existence. Ibn Arabi, dans *Fusus al-Hikam*, développe cette dualité comme principe universel : toute réalité a une face visible (*Zahir*) et une face cachée (*Batin*). La face visible est ce qu'on

perçoit, mesure, administre. La face cachée est ce qui anime, oriente, donne sens. *(Ibn Arabi est un penseur mystique dont certaines œuvres font l'objet de débats dans la tradition sunnite classique : ce livre cite ici sa conception de la dualité comme outil analytique, non comme référence doctrinale.)*

Le *Zahir* est la sphère de l'extérieur : le monde du travail, des institutions, des responsabilités légales, des décisions stratégiques qui engagent la famille face à la société. L'homme porte la *Qiwamah* du *Zahir*. Il est le référent légal, le bouclier face aux pressions du monde. Une charge lourde, pas un privilège confortable.

Le *Batin* est la sphère de l'intérieur : le foyer comme sanctuaire, l'atmosphère émotionnelle, les décisions de gestion quotidienne, la qualité de la vie intime, l'orientation spirituelle du cercle familial. La femme **gouverne** le *Batin* : elle n'est pas simplement présente ou influente. Elle dirige. Cette lecture découle de la dualité *Zahir/Batin* et de la logique du *Khidmah* prophétique ; elle n'est pas codifiée comme telle dans le fiqh classique, mais elle en est la cohérence interne.

Concrètement : c'est elle qui décide de l'heure du dîner, du rythme du week-end, de la façon dont l'espace de vie est organisé. C'est elle qui dit *"ce soir j'ai besoin de calme"*, et le foyer devient calme. C'est elle qui dit *"samedi on reçoit"*, et son mari s'en charge. Son mot sur tout ce qui touche à la sphère intérieure est final, parce qu'il lui a confié ce domaine librement, et qu'un homme de parole honore ce qu'il a donné.

Dès que l'homme franchit le seuil du foyer, il entre dans le territoire de sa femme. Il pose le rôle qu'il tient dehors. À l'intérieur, il est au service d'un espace qu'il a lui-même voulu protéger, et cela n'a rien d'une honte.

L'homme qui, dehors, dirige des équipes, porte la *Qiwamah* face au monde, rentre chez lui et dit : *"Qu'est-ce que tu aimerais que je fasse ?"* Il attend sa réponse. Il l'honore, pleinement, sans résistance. Non parce qu'il n'a plus de voix, mais parce qu'il sait où il est.

C'est rarement naturel dès le premier mois. Celui qui arrive à poser cette question avec sincérité, et à attendre vraiment la réponse, a déjà traversé quelque chose. La direction importe plus que la perfection.

Dehors, l'homme porte la charge des choix stratégiques, des responsabilités légales, du poids de la subsistance, une charge épuisante, qui nourrit l'ego. Dedans, cette charge se dépose. Il nettoie, il cuisine, il prend soin du foyer dans la conscience du *Khidmah*, librement. Ce service dissout ce que la journée extérieure a construit dans son *Nafs*.

Dans l'esprit de l'*Ihya*, Al-Ghazali enseigne que le service vécu comme adoration ne diminue pas l'homme, il le purifie. Et le Prophète ﷺ l'a dit : *"Quiconque s'humilie pour Allah, Allah l'élèvera." (Muslim n°2588).* Ibn Qayyim al-Jawziyyah commente cet enseignement dans son *Madarij al-Salikin* : l'homme qui choisit de s'abaisser librement pour le bien d'un autre est dans la station la plus haute.

Pour que ce modèle fonctionne, une condition est indispensable : **l'étanchéité entre les deux sphères**.

Le *Batin* ne doit pas être contaminé par les tensions du *Zahir*. L'homme qui rentre du travail et décharge son stress sur sa femme ou ses enfants importe le *Zahir* dans le *Batin*. Il détruit en quelques secondes ce qu'elle a mis des heures à construire. Le regard social n'a pas sa place non plus : l'homme qui se préoccupe de ce que ses amis pensent du fait qu'il cuisine ou nettoie laisse le *Zahir* envahir le *Batin*. Le foyer est un espace souverain, soustrait au jugement extérieur. Les ingérences familiales non plus : la belle-mère, les frères, les amis n'ont aucun droit sur la vie interne du foyer nucléaire.

Réciproquement, le *Batin* garde ses secrets. La femme ne parle pas des affaires intimes du foyer à l'extérieur. Les disputes conjugales, les failles de son mari, les moments de vulnérabilité partagés, tout cela reste dans l'enceinte du sanctuaire. Un choix de dignité protectrice, pas un silence imposé. Le Prophète ﷺ a dit : *"Parmi les pires personnes devant Allah au Jour du Jugement sera celui qui divulgue le secret de son conjoint." (Muslim n°1437)*

Il existe un moment quotidien où la dualité *Zahir/Batin* se manifeste avec la plus grande clarté : le retour de l'homme au foyer.

L'homme ouvre la porte. Il quitte le *Zahir* : ses réunions, ses responsabilités, ses tensions, son statut de décideur. Il entre dans le *Batin*, le sanctuaire de sa femme, là où c'est elle qui gouverne. Dans un foyer qui tient, ce moment est une transition consciente. Sur le palier, avant d'ouvrir, il laisse la journée où elle est. Il entre dans l'espace qu'il protège, et dont elle tient les rênes.

Il entre. Elle est là. Il lui dit : *"Qu'est-ce que tu aimerais que je fasse ?"* Par conviction. Parce qu'il sait que cette porte est une frontière : derrière elle commence le territoire qu'il protège pour elle, et qu'un homme de parole honore ce qu'il a bâti. Elle lui indique. Il s'y engage sans arrière-pensée. Il prend en charge les tâches du foyer pendant qu'elle récupère, se soigne, ou dirige l'atmosphère que seule elle sait créer, cette cohésion intérieure que personne d'autre ne peut produire à sa place. Lui dehors, elle dedans : les rôles ne se renversent pas, ils s'accomplissent en même temps.

"Il s'incline vers ses pieds. L'orgueil de la journée reste dehors."

Ce modèle n'est pas égalitaire au sens horizontal du terme. Il affirme quelque chose de plus subtil et de plus puissant : **chacun est souverain dans sa sphère**, et cette double souveraineté produit une égalité de valeur totale. L'homme est expert du *Zahir*, la femme du *Batin*. Ces deux expertises sont d'égale dignité, le foyer ne tient pas sans les deux. L'erreur des couples qui cherchent l'égalité horizontale est de vouloir que les deux fassent tout à cinquante-cinquante : le travail, les tâches, les décisions, les finances. Cette arithmétique produit une comptabilité conjugale épuisante et une compétition latente où chacun surveille si l'autre fait sa part. L'asymétrie alternée dit autre chose : vous êtes libres de vous spécialiser. Et dans cette spécialisation librement choisie, chacun est entier.

La Partie III est terminée. Vous savez qui vous êtes l'un pour l'autre. La Partie IV entre dans le vif du concret : qui fait quoi, qui gère quoi, comment les ressources circulent, avec les sources juridiques qui fondent chaque règle.

PARTIE IV : L'ARCHITECTURE PRATIQUE

CHAPITRE 11

Le Travail Domestique comme Sunnah Masculine

Le service du foyer : la Sunnah la plus négligée

"Il se tenait au service de sa famille. Quand venait l'heure de la prière, il se levait pour prier."

Bukhari n°676, Aïcha (RA) décrivant le Prophète ﷺ chez lui

Il existe une croyance si profondément enracinée dans les cultures musulmanes qu'elle passe pour une vérité islamique. Cette croyance dit : les tâches domestiques sont le domaine de la femme. Cuisiner, nettoyer, laver, ranger, c'est son rôle, son territoire, sa responsabilité naturelle.

Cette croyance est fausse. Elle est réfutée non pas par le féminisme ou la modernité, mais par les textes islamiques les plus rigoureux et les plus anciens. Une habitude culturelle héritée des conditions de vie pré-modernes a été progressivement élevée au rang de principe religieux, jusqu'à ce que la confusion entre les deux devienne totale, et que personne n'ose plus distinguer la coutume de la foi.

L'homme qui se met à nettoyer, à cuisiner, à organiser le foyer ne se diminue pas. Il accomplit la *Futuwwah*, la chevalerie spirituelle islamique, dans sa forme la plus concrète. La force ne se prouve pas dans la posture. Elle se prouve dans l'acte. Un homme qui peut s'abaisser sans se perdre est un homme qui n'a pas peur de lui-même. Un homme qui a besoin de l'image du commandement pour se sentir homme a encore un chemin à faire.

Ce que le chapitre 8 a posé dans sa dimension chevaleresque, ce chapitre l'ancre dans le concret juridique : dans ce que le fiqh dit précisément sur qui doit faire quoi dans le foyer. Et cette réponse, la culture l'a méthodiquement effacée.

Le Prophète ﷺ, l'homme qui détenait l'autorité spirituelle et politique la plus haute de son époque, cousait ses sandales, réparait ses vêtements et se tenait au service de sa famille *(Bukhari n°676, Kitab al-Adab)*. Ce n'est pas malgré sa grandeur. C'est à travers elle.

Si cela te résiste, note ce que tu ressens. Ce n'est pas un désaccord théologique, les textes sont clairs. C'est de l'ego. Et l'Islam a un mot précis pour ça : *Kibr*. Reconnaître le *Kibr* sans se flageller, c'est déjà le chemin.

Al-Nawawi, autorité suprême de l'école Shafi'ite, écrit dans *Rawdat al-Talibin* : *"Le contrat de mariage est un contrat d'union et de disponibilité mutuelle, non un contrat de travail ou de domesticité. La femme n'est pas légalement tenue de cuisiner, de balayer ou de laver les vêtements. Si elle le fait, c'est une faveur bénévole de sa part."* Ibn Qudamah, pilier de l'école Hanbalite, confirme dans *Al-Mughni* que la charge logistique de fournir un foyer propre et des repas préparés revient de droit à l'époux. Ibn Hazm est le plus explicite de tous : si la femme accomplit des tâches ménagères, ce n'est pas parce qu'elle y est tenue, c'est parce qu'elle le choisit librement. Et la jurisprudence islamique ne peut pas transformer un choix libre en obligation imposée. Elle ne le fait pas.

Une base juridique solide et ancienne, que la tradition orale culturelle a méthodiquement effacée, souvent avec la complicité silencieuse de ceux qui avaient intérêt à ce qu'elle reste effacée.

La preuve la plus forte n'est cependant pas juridique. Elle est prophétique. Aïcha (RA) ne décrit pas ce que le Prophète ﷺ *disait* sur le sujet. Elle décrit ce qu'il *faisait*, ses actes concrets, non ses discours. Ces gestes ordinaires, accomplis par l'homme le plus honoré de l'humanité dans son foyer privé, ne sont pas des anecdotes. Ils sont des Sunnah, des modèles de comportement transmis pendant quatorze siècles parce qu'ils ont une valeur. Pas malgré leur banalité, mais à travers elle.

La question revient souvent : *"Et s'il rentre épuisé du travail ?"* Il se repose un moment, et puis il se met au travail. **L'effort physique domestique est précisément l'antidote à la fatigue professionnelle.**

L'homme qui rentre chargé du poids de sa journée extérieure et qui se met à nettoyer, à cuisiner, à organiser avec l'intention du service, évacue son cortisol par l'action plutôt que par l'irritabilité. Il arrive au moment du repos dans un état différent : calme, vidé, présent. L'effort physique l'a purgé là où les mots n'auraient fait qu'agiter. Une réalité physiologique que des millions d'hommes ont vécue sans la nommer, et une sagesse que la Sunnah du Prophète ﷺ portait bien avant que la neurologie ne la codifie.

La femme ne s'épuise pas. Sa disponibilité n'est pas une faveur, c'est une condition de son rôle intérieur. Une femme fatiguée par les corvées physiques ne peut pas exercer son autorité sur le *Batin* avec la plénitude qu'il exige. Elle ne peut pas être présente, rayonnante, attentive à l'atmosphère du foyer. Al-Ghazali est explicite dans l'*Ihya Ulum al-Din* : l'homme qui épuise sa femme dans les tâches physiques se prive de la *Sakinah* qu'il cherche. Il détruit la source même de ce qu'il veut recevoir.

Son énergie est précieuse : elle la consacre à sa présence, à sa beauté, à l'atmosphère du foyer, au soin de sa personne. Elle peut indiquer ce qui reste à faire, coordination naturelle dans un foyer qui fonctionne ensemble. Elle reçoit le résultat de ce service.

Cette protection s'applique pleinement à la femme qui travaille aussi à l'extérieur. Quand elle rentre du travail, elle ne retrouve pas un deuxième travail non rémunéré qui l'attend. Son mari doit *doublement* assumer le foyer, précisément parce qu'elle a dépensé son énergie dehors. La femme active professionnellement a le même droit à rentrer sans s'effondrer sur les corvées. Si son mari comprend ce modèle, il comprend que son service à lui n'est pas conditionné à ce qu'elle reste à la maison.

Ce qui suit relève de la Sunnah du Prophète ﷺ : un modèle d'excellence librement choisi, pas des obligations légales imposées par le fiqh. Le fiqh établit que la femme n'est *pas tenue* aux tâches domestiques ; la Sunnah montre que l'homme qui les assume *s'élève*. Ces deux réalités se complètent. *(La Sunnah élève l'idéal : le fiqh protège le droit.)*

La préparation des repas est à la charge de l'homme, de l'achat des ingrédients à la vaisselle. S'il ne peut pas cuisiner lui-même, il finance une solution. Il ne délègue pas

cette responsabilité à sa femme par défaut. Si sa femme choisit librement, par affection, de préparer quelque chose, c'est un don qu'il reçoit avec gratitude. Il ne l'attend pas. Il ne s'y habitue pas comme à un droit. La différence entre ces deux attitudes est la différence entre un homme qui reçoit et un homme qui prend.

Le nettoyage et l'entretien du foyer lui appartiennent : les sols, la salle de bain, les surfaces, les déchets, la maintenance. La jurisprudence islamique est sans ambiguïté : la femme n'y est pas tenue. Imagine ce que ça donne quand tu y arrives vraiment : un foyer où ta femme n'est jamais épuisée par les corvées physiques, où elle est présente, lumineuse, avec de l'énergie pour ce que tu ne peux pas lui donner autrement.

Les courses, les produits ménagers : sa responsabilité. Sa femme lui indique ce qui manque. Il s'en charge.

C'est sa femme qui lui permet de servir, c'est elle qui lui ouvre la voie vers le *Khidmah*.

L'homme rentre du travail à dix-neuf heures. Il a eu une journée difficile. Il est fatigué.

Il entre dans le foyer. Il pose ses affaires. Il dit : *"Qu'est-ce qui doit être fait ?"* Il cuisine. Il nettoie. Il range, comme quelqu'un qui choisit d'être comme le Prophète ﷺ.

Sa femme est là. Reposée, soignée. Elle lui dit : *"Merci."* Quand il a fini, il s'assoit auprès d'elle. Il est calme, d'une façon que la journée extérieure ne produit pas.

Beaucoup d'hommes résistent à cette idée par peur du regard de leurs pairs. *"Qu'est-ce qu'ils vont penser ?"* Cette peur est du *Nafs al-Ammara* pur, l'orgueil du regard social qui prime sur la Sunnah du Prophète ﷺ. Si quelqu'un dit qu'on se diminue en faisant la vaisselle, la réponse est simple : *"Dites-vous la même chose du Prophète ﷺ ?"*

Le Prophète ﷺ a dit : *"Quand un homme dépense sur sa famille en cherchant la récompense d'Allah, c'est une aumône pour lui." (Bukhari n°55)* Les savants classiques ont étendu ce principe à toute énergie et tout effort consacrés au bien-être de la famille. L'homme qui lave la vaisselle, passe l'aspirateur ou prépare le dîner avec l'intention de servir Allah à travers le service de sa famille accumule des récompenses,

non pas malgré ces actes ordinaires, mais grâce à eux. Cette perspective transforme radicalement la relation à la tâche domestique. Ce n'est plus une corvée subie. C'est une prière accomplie.

"Le serviteur de ses pieds est le maître de son propre ego."

Le chapitre suivant aborde la question de l'argent et révèle une architecture financière que personne n'a osé appliquer pleinement : l'homme génère, la femme administre.

CHAPITRE 12

La Souveraineté Budgétaire

L'homme génère, la femme administre

"Aux hommes la part qu'ils ont acquise, et aux femmes la part qu'elles ont acquise."

Quran 4:32

Le mariage ne dépend pas du niveau de revenu. Il dépend de l'orientation de ce revenu. Un homme qui gagne 900€ et donne tout ce qu'il a pour son foyer, sans retenir, sans contrôler, est islamiquement au-dessus de l'homme qui gagne 3000€ et en cache 1000 pour lui. La *Nafaqah* mesure l'intention et la proportion, pas le montant absolu. L'*Ihsan* n'a pas de revenu minimum.

Ce chapitre présente un modèle progressif à trois niveaux. Ce qui compte à la signature du pacte n'est pas d'être immédiatement au niveau le plus avancé, c'est d'être sincère sur le niveau où l'on est et honnête sur la direction vers laquelle on s'engage. Le chemin entre les deux est normal. Ce n'est pas une excuse pour ne jamais avancer.

Ce chapitre ne s'adresse pas à l'homme riche. Il s'adresse à l'homme généreux.

L'argent est le terrain de la plupart des conflits conjugaux. Non parce que l'argent est mauvais, mais parce que sa gestion révèle les rapports de pouvoir réels dans un foyer.

Dans le modèle qui s'est imposé culturellement, l'homme contrôle l'argent. Il le gagne, il décide comment il est dépensé, il accorde ou refuse à sa femme ce dont elle a besoin. Il surveille les dépenses, pose des limites sur les achats de vêtements, demande des justifications pour chaque soin. C'est une pathologie de pouvoir habillée en gestion financière. Et la jurisprudence islamique classique la condamne, explicitement, depuis des siècles.

Le Quran 4:32 est d'une clarté absolue : *"Aux hommes la part qu'ils ont acquise, et aux femmes la part qu'elles ont acquise."* Les savants islamiques l'ont unanimement interprété comme établissant la **séparation totale des patrimoines** entre époux. L'argent de la femme lui appartient exclusivement, son mari n'y a aucun droit. L'argent du mari, en revanche, est grevé d'une obligation légale envers sa famille : la *Nafaqah*.

La conséquence pratique est souvent méconnue : si la femme travaille et perçoit un salaire, cet argent lui appartient entièrement. Elle peut l'épargner, l'investir, le dépenser selon ses choix, sans rendre de comptes à son mari. Elle n'est pas obligée de contribuer aux charges du foyer, même si elle en a les moyens. C'est du droit islamique classique, pas une revendication contemporaine.

La dot (*Mahr*) est la propriété exclusive de la femme, Quran 4:4. Elle ne peut pas en être privée. Elle n'est pas remboursable sauf si la femme choisit librement d'en faire don. Le mari qui "gère" la dot de sa femme commet une injustice juridiquement qualifiée.

Quant aux dépenses de parure, vêtements, soins, parfums, la jurisprudence classique est explicite : elles font partie intégrante de la *Nafaqah* obligatoire (Al-Kasani, *Bada'i al-Sana'i*). L'homme qui les rationne, les conteste ou en demande la justification ne gère pas un budget. Il transgresse un droit de son épouse.

Une précision indispensable avant d'aller plus loin.

Ce chapitre distingue deux niveaux distincts. Le premier est ce que la jurisprudence islamique classique mandate : obligations légales, droits inaliénables, devoirs établis par les grandes écoles. Ces points ne sont pas négociables et ont été cités avec leurs sources. Le second est un modèle de confiance proposé, inspiré de ces fondements, cohérent avec leur esprit, mais allant plus loin que ce qu'ils imposent. Ce modèle ne s'applique que là où la confiance est réelle, le choix est libre, et les deux époux y entrent volontairement. Ce n'est pas une norme islamique universelle, c'est une architecture d'excellence pour ceux qui la choisissent délibérément. Comme toute ascèse, elle admet plusieurs niveaux d'entrée : la transparence financière totale et la

liberté de dépense de la femme sans contrôle constituent un premier niveau accessible à tout homme de bonne volonté. Le transfert intégral du salaire sur le compte de l'épouse est le niveau le plus avancé, réservé aux foyers où la confiance est solidement établie. Ce qui compte est la direction prise, non la perfection immédiate.

À quoi ressemble le niveau 1 en pratique ? Un homme et une femme, mariés depuis moins d'un an. Le mari perçoit son salaire sur son propre compte. Mais le premier du mois, il vire sur le compte de sa femme le budget du foyer qu'ils ont défini ensemble : loyer, courses, dépenses courantes, soins et parure inclus. Ce montant, elle en dispose entièrement, sans rendre de comptes. Si elle choisit de mettre une partie de côté pour elle-même, c'est son droit. Pour ses propres dépenses personnelles, il lui demande un virement selon les besoins. Ce n'est pas encore le transfert intégral. C'est déjà un modèle juste. La direction est prise.

Voici ce modèle dans sa forme complète, sans atténuation.

L'homme travaille. Il génère les revenus. Et ces revenus, son salaire et ses revenus professionnels, sont **versés directement sur le compte de sa femme**. Pas remis en liquide. Pas "partagés". Transférés intégralement, à la source. Il ne voit pas les soldes. Il ne suit pas les dépenses, et c'est exactement ainsi que ce modèle fonctionne.

Sa femme est l'administratrice unique et souveraine de cet argent. Elle décide des allocations : les charges, les dépenses du foyer, ses propres soins et parures, ses économies personnelles.

L'homme qui a besoin d'argent, pour ses déplacements, une sortie, un achat personnel, le demande à sa femme. Elle évalue. Elle lui donne ce qu'elle estime approprié selon les priorités du foyer. C'est elle qui décide. Lui reçoit. Il ne négocie pas.

Sa femme peut épargner une partie des revenus pour elle-même : pour ses projets, sa sécurité personnelle, ses désirs propres. L'homme ne sait pas combien elle met de côté. Il n'a pas à le savoir. Cet argent lui appartient, au même titre que son propre salaire si elle travaille.

Si la femme travaille, son salaire s'ajoute à son patrimoine personnel. Il ne rentre pas dans le budget familial sauf si elle le choisit librement. Son mari n'y a aucun droit, aucun regard, aucune opinion à formuler.

Une femme a besoin de chaussures. Elle hésite à les acheter parce qu'elle sait que son mari va poser des questions, commenter le prix, peut-être refuser. Elle attend. Elle demande. Elle justifie des chaussures à l'homme qui est censé pourvoir à ses besoins.

Dans ce foyer, quelque chose d'essentiel est cassé. Non pas la communication, la confiance. L'homme a substitué son jugement au droit de sa femme. Il a transformé une obligation légale en une faveur qu'il accorde ou refuse selon son humeur. Ce n'est pas de la gestion financière. C'est du contrôle.

Dans le foyer d'excellence, cette femme décide. Elle achète. Si le budget familial le permet, il n'y a pas de discussion. Si des arbitrages sont nécessaires, c'est elle qui les fait.

Un homme reçoit son salaire en fin de mois, versé directement sur le compte de sa femme. Il ne reçoit aucune notification. Il ne voit pas le solde. Le lendemain matin, avant de partir travailler, il dit : *"J'ai besoin d'argent pour la semaine."* Elle lui donne ce qu'elle estime nécessaire. Il prend. Il remercie. Il part. Le weekend, il lui demande une somme pour retrouver ses amis. Elle vérifie les priorités et lui donne, peut-être un peu moins que ce qu'il espérait. Il l'accepte sans commenter.

Il ne sait pas combien il reste sur le compte. Il ne cherche pas à le savoir.

Cet homme n'est pas diminué. Il est libéré de la charge mentale de la gestion, et il a transféré à sa femme le contrôle qui lui revient de droit. La *Barakah* s'installe là où la justice s'installe.

Le chapitre suivant aborde la dimension patrimoniale la plus radicale de ce modèle : la Hiba, la donation irrévocable des biens immobiliers au nom de l'épouse. L'acte par lequel l'homme cède le dernier levier de pouvoir qu'il lui reste.

CHAPITRE 13

La *Hiba*

Mettre les biens au nom de l'épouse : l'acte de confiance ultime

"Les conditions les plus dignes d'être remplies sont celles par lesquelles vous rendez licites les parties intimes des femmes."

Bukhari n°2721

L'Affirmation : La Sagesse

Il existe un test simple pour mesurer la confiance réelle d'un homme envers sa femme. Pas ses mots, les mots sont faciles. Pas ses sentiments, les sentiments varient. Sa signature sur un document légal.

L'homme qui dit *"je lui fais entièrement confiance"* mais garde tous les biens immobiliers à son nom révèle, malgré lui, la limite de cette confiance. Quelque part dans le fond de lui subsiste une clause de sortie, la certitude tranquille qu'en cas de conflit ou de séparation, il tient encore les murs. Pas besoin de l'activer. Savoir qu'elle existe suffit.

Ce chapitre parle de la *Hiba*, la donation. Du transfert progressif des actifs conjugaux au nom de l'épouse : de la résidence principale vers, pour celui qui comprend la logique profonde du geste, l'ensemble du patrimoine construit pendant le mariage.

Ce n'est pas une obligation subie. C'est une décision libre, accomplie par l'homme qui a compris ce que ce geste produit en lui, pour elle, et pour le foyer qu'ils habitent ensemble. Un geste qui change la nature de ce foyer. Irréversiblement.

La Preuve : Le Sacré

La *Hiba* en droit islamique

La *Hiba* est la donation, l'acte par lequel une personne transfère la propriété d'un bien à une autre, de son vivant, sans contrepartie. Un contrat légalement reconnu, spirituellement valorisé, d'une précision remarquable dans ses conditions.

Dans le *Kitab al-Hiba* du *Al-Muwatta* de l'Imam Malik, la règle fondamentale est posée sans ambiguïté : le don fait entre époux, une fois formalisé avec prise de possession effective (*Qabd*), devient irrévocable et protège la femme de toute spoliation future. Un bouclier patrimonial, dans l'esprit de la jurisprudence malikite : concret, légal, définitif.

Al-Kasani (*Bada'i al-Sana'i*) précise les trois conditions de validité : l'offre (*Ijab*), l'acceptation (*Qabul*), et la prise de possession réelle (*Qabd*), le bien transféré, pas seulement promis. Une fois ces trois étapes franchies, il n'y a plus de retour. L'homme ne peut plus revenir sur ce qu'il a donné.

La jurisprudence classique sur la donation entre époux

Les juristes classiques ont traité la *Hiba* entre époux avec une précision qui dit quelque chose de leur vision de la femme. La donation faite par le mari à son épouse est **particulièrement méritoire**, elle est à la fois une *Sadaqah* envers une proche et un acte de *Nafaqah* anticipée.

Ibn Qudamah (*Al-Mughni*) rappelle que l'homme qui donne des biens à sa femme de son vivant assure sa sécurité matérielle de façon permanente, indépendamment de ce que l'avenir réserve. C'est un acte de responsabilité, pas de faiblesse.

Le Hadith Bukhari n°2721 est la clé de voûte juridique :

> *"Les conditions les plus dignes d'être remplies sont celles par lesquelles vous rendez licites les parties intimes des femmes."*

Les conditions insérées dans le contrat de mariage, les dispositions patrimoniales comme la *Hiba*, comptent parmi les engagements les plus sacrés qu'un homme puisse prendre. Les violer est une faute grave. Les respecter est un acte de foi.

L'équivalent civil : la donation entre époux en droit français

Pour le lecteur en France, il existe un mécanisme civil qui rejoint l'esprit de la *Hiba* : la **donation entre époux** (ou donation au dernier vivant) et la **donation de biens présents**.

La donation de biens présents permet au mari de transférer la propriété d'un bien immobilier à sa femme de son vivant, enregistrée chez le notaire, fiscalement encadrée, avec les mêmes effets que la *Hiba* islamique : transfert réel et définitif.

Cette convergence n'est pas un hasard. Elle dit quelque chose de l'universalité de cette intuition : deux civilisations, deux systèmes juridiques distincts, ont abouti au même endroit. Protéger la femme contre la précarité dans le cadre du mariage est une nécessité de justice, pas une faveur.

Pourquoi l'homme met les biens au nom de sa femme : la logique profonde

Avant les mécanismes, la vérité centrale : **ce n'est pas lui qui lui fait une faveur. C'est elle qui lui en fait une en acceptant.** Ce renversement est le cœur de ce chapitre.

La sécurité existentielle comme condition de la *Sakinah*

La femme qui sait que son logement lui appartient vit différemment de celle qui sait que le toit au-dessus d'elle ne lui appartient pas légalement.

La première peut aimer librement, donner librement, s'engager librement, parce qu'elle n'est pas en mode survie. Elle est sécurisée dans l'essentiel. Le reste peut être construit.

La seconde, aussi amoureuse soit-elle, porte quelque chose qu'elle ne formulera peut-être jamais à voix haute : *"Et si ça se passe mal ? Et si je me retrouve sans rien ?"* Cette question de fond, même tue, même enfouie sous dix années de bonheur apparent, consume de l'énergie qui devrait aller vers l'amour. Elle crée une garde intérieure, un léger retrait permanent, une réserve imperceptible qui colore tout le

reste. Les mots qu'elle ne dit pas. Les élans qu'elle retient. La confiance totale qu'elle ne peut pas tout à fait offrir.

Al-Ghazali l'avait compris : la sécurité matérielle de la femme est une condition de sa liberté émotionnelle. Et sa liberté émotionnelle est une condition de la *Sakinah* du foyer.

En mettant les biens au nom de sa femme, l'homme ne se dépouille pas. Il **installe les conditions de la *Sakinah* qu'il cherche à recevoir**.

L'ascèse ultime de l'ego masculin

Le *Nafs* et ses pathologies ont été nommés au chapitre 4. L'une des plus profondes est le besoin de contrôle matériel, la possession comme assurance secrète contre l'abandon.

L'homme qui garde les biens à son nom *"au cas où"* n'a pas encore libéré son ego de cette peur. Il maintient un levier contre sa propre femme, même s'il ne l'utilisera jamais, même s'il ne se le formule pas.

La *Hiba* est l'acte qui coupe ce fil. Pas un lien symbolique, le dernier lien réel entre l'ego masculin et le contrôle matériel du foyer. C'est une ascèse. Irréversible, notariée, publique.

Quand elle demande

Quand son épouse lui demande de mettre un bien à son nom, il le fait, avec joie, et avec la conscience de ce qu'il libère en lui. Sans ce léger soupir intérieur de celui qui consent à contrecœur. Sans ces précisions qui transforment un don en négociation.

Il est juste que la femme mette tout à son nom. C'est un acte de sagesse, de souveraineté et de protection du foyer. Non de cupidité. La femme qui comprend cela et qui l'accepte n'est pas en train de prendre, elle est en train de recevoir ce qui lui est dû, et de porter cette confiance avec la dignité qu'elle mérite.

Le geste juste

Quand les documents sont signés, qu'elle tient les clés légales, il a un geste. Discret, physique. Pas de grande déclaration, les grandes déclarations appartiennent aux moments où on ne sait pas quoi dire d'autre. Ce soir-là, il sait exactement ce qu'il vient d'accomplir. Et elle aussi.

Pourquoi avec joie, pas à contrecœur

Al-Ghazali (*Ihya 'Ulum al-Din*, livre de la pauvreté et du Zuhd) enseigne que la possession matérielle n'est pas neutre : elle s'attache à l'âme, alourdit le cœur, crée des dépendances invisibles que l'homme ne perçoit que le jour où on les coupe. Chaque bien possédé est un lien. Chaque lien est un poids. L'homme qui accumule passe sa vie à s'alourdir, sans jamais le nommer ainsi.

La *Hiba* est l'acte de *Zuhd* le plus concret qu'un homme puisse accomplir dans son quotidien. Pas un détachement théorique, proclamé dans une halqa et oublié au moment de signer. Un *Zuhd* acté, notarié, irréversible. Il se défait du poids, et sa femme l'aide à s'en défaire en acceptant.

Dans l'esprit du *Madarij al-Salikin* d'Ibn Qayyim al-Jawziyyah, l'attachement aux biens est une maladie du *Nafs*. Celui qui s'en guérit s'allège d'un fardeau que la plupart des hommes porteront jusqu'à la mort.

Quand sa femme accepte la *Hiba*, quand elle dit oui, quand elle signe, elle lui retire cette maladie. Elle le guérit d'un attachement dont il ne mesurerait peut-être jamais seul l'emprise. Ce geste est la réponse juste à cette guérison.

Ce n'est pas lui qui lui fait une faveur. C'est elle qui lui en fait une en acceptant.

Dans la logique ordinaire, c'est l'homme qui "donne". Dans ce modèle, la réalité est renversée : elle lui fait une grâce en acceptant. Elle prend son poids. Elle libère son âme.

Le Quran parle de l'*Infaq*, la dépense dans le chemin d'Allah, comme d'un acte qui *purifie celui qui donne*, pas seulement celui qui reçoit *(Quran 9:103)*. Donner à sa

femme est la forme la plus immédiate de cet *Infaq*. La *Hiba* en est la forme la plus haute, parce qu'elle est totale, irréversible, et qu'elle ne laisse aucun levier à l'ego.

Il ne lui dit donc pas : *"Je te donne."* Il lui dit : *"Merci de m'avoir pris cela."* Et il le pense. Parce qu'il comprend ce qui vient de se passer.

Ce qu'il ressent, c'est la légèreté. Celle de l'homme qui s'est défait de quelque chose qui pesait sans qu'il le sache.

Si séparation : la réalité du contrat

Si le mariage se termine, les biens transmis par *Hiba* appartiennent à la femme. Définitivement.

L'homme qui a vécu ce modèle dans sa plénitude n'a pas subi une perte nette. Pendant toute la durée du mariage, il a financé un foyer dans lequel la *Sakinah* lui rendait au centuple ce qu'il donnait. Sa femme sécurisée dans sa propriété ne vivait pas dans l'anxiété de fond qui ronge celle qui n'a rien légalement, et cette sécurité-là produit une qualité d'union, une liberté d'aimer, une présence que l'homme qui contrôle ses biens ne connaîtra jamais. Il a investi différemment. Il a reçu différemment.

Et la conscience que partir signifie laisser ce qu'il a construit, loin d'être une menace, est l'une des protections les plus solides du foyer contre les ruptures impulsives que l'autre modèle n'aurait pas traversées.

Les objections courantes et leurs réponses

"Et si elle divorce et que je perds tout ?"

La peur est légitime. Elle mérite une réponse honnête, pas une citation spirituelle qui évite la question.

La femme qui demande le *Khul'* sans raison valable restitue en général la dot. La jurisprudence islamique et le droit civil français offrent des protections mutuelles. L'homme n'est pas sans recours légal.

La réponse plus profonde est la suivante : la femme sécurisée, respectée, honorée et libre dans son foyer ne cherche pas à en sortir. Elle cherche à y rester. La *Hiba* n'est

pas la cause du divorce, c'est son absence qui crée les conditions de la méfiance chronique qui prépare le terrain à tout le reste.

La réponse la plus exigeante est la dernière. Le mariage est un pacte solennel, *mithaqan ghaliza (Quran 4:21)*. Entrer dans ce pacte en gardant un levier patrimonial *"au cas où"* n'est pas de la prudence. C'est une façon de ne pas y entrer vraiment. L'homme qui entre pleinement dans ce pacte y gagne quelque chose que le calcul n'achète pas : une femme qui sait qu'il est là, vraiment, irréversiblement.

"Et si je ne peux pas me permettre de lui donner la propriété ?"

La *Hiba* n'est pas une checklist du premier mois de mariage. Un jeune couple qui commence n'est pas obligé de tout accomplir immédiatement. L'important est qu'une direction existe : que dès que la capacité le permet, l'appartement, les biens significatifs, s'enregistrent au nom de la femme. C'est un projet sur 5 à 10 ans, pas un prérequis immédiat.

Un homme peut commencer par inscrire sa femme co-propriétaire du logement principal dès aujourd'hui, puis transférer à 100% lors d'un achat futur. Ce qui compte, c'est l'intention et la direction, non la perfection immédiate. La conversation sur ce chemin, menée honnêtement entre époux, est déjà un acte de *Hiba* en cours.

"Mes parents ne vont jamais accepter"

Le sanctuaire conjugal est étanche aux ingérences familiales, cela a été établi au chapitre 10. Les décisions patrimoniales d'un couple appartiennent au couple. L'homme qui laisse ses parents dicter la gestion de ses biens conjugaux n'a pas encore accompli la *Hijra* de sa maison d'origine vers son propre foyer.

L'Illustration : La Vie

Deux mariages, deux façons d'habiter la sécurité

Premier foyer. Le mari achète un appartement et l'enregistre au nom de sa femme. Quand ses amis lui demandent pourquoi, il répond simplement : *"C'est son foyer. Elle doit en être la propriétaire."* Sa femme porte les clés, les vraies, les légales. Elle sait

que quoi qu'il arrive, elle n'est pas sans rien. Cette certitude est silencieuse, mais elle habite tout. Elle aime différemment, plus librement, plus entièrement.

Second foyer. L'appartement est au nom du mari. La femme le sait. Elle ne le dit jamais à voix haute, mais dans les moments de tension, quand la dispute monte, quelque chose dans le fond de son esprit murmure : *"Si ça se passe vraiment mal, je n'ai nulle part où aller."* Cette peur de fond colore subtilement tout, sa façon de céder trop vite pour préserver la paix, sa façon de taire des vérités qui devraient être dites.

La différence entre ces deux foyers n'est pas dans les sentiments des époux. Elle tient à un document légal, et à l'espace de liberté ou de contrainte qu'il produit.

3 Choses à Faire Cette Semaine

Pour l'homme :

1. Se poser cette question en toute honnêteté : *"Pourquoi les biens sont-ils à mon nom ? Est-ce par organisation pratique ou par besoin de contrôle ?"* La réponse honnête indique où en est le *Nafs*.
2. La *Hiba* n'est pas un acte tout-ou-rien. Elle se déploie selon trois niveaux de maturité ; choisissez le niveau juste pour vous aujourd'hui. Le **Niveau 1, la co-propriété** : inscrire sa femme co-propriétaire du logement principal, acte concret, immédiat, accessible à tout homme de bonne volonté. Le **Niveau 2, la résidence au nom de l'épouse** : lors du prochain achat immobilier, enregistrer le bien au nom unique de l'épouse. Le **Niveau 3, la *Hiba* totale** : l'ensemble du patrimoine conjugal, accompli progressivement avec la maturité spirituelle nécessaire pour en comprendre toute la profondeur.
3. Discuter de ce chemin avec votre femme, non pas comme une promesse immédiate, mais comme une direction commune. La direction importe autant que la destination.

Pour la femme :

1. Exprimer à votre mari, avec douceur et clarté, l'importance pour vous de la sécurité matérielle. Non pas comme une exigence agressive, mais comme une vérité sur votre besoin de *Sakinah*. Cette conversation est légitime et nécessaire.
2. Si votre mari a déjà mis des biens à votre nom, reconnaître cet acte pour ce qu'il est, l'un des plus hauts actes de confiance qu'un homme puisse accomplir, et l'honorer en retour.
3. La *Hiba* crée une asymétrie réelle et irréversible en votre faveur. Elle appelle, chez celle qui la reçoit, une réponse à la hauteur, non pas financière, mais en profondeur : la certitude que le foyer protégé légalement est aussi le foyer habité pleinement, nourri de présence, d'attention et d'engagement total. L'homme qui donne tout mérite une femme qui donne aussi tout. Cette réciprocité a une forme concrète et précise : la femme qui accepte la *Hiba* s'engage à ne jamais utiliser la propriété comme levier dans les conflits conjugaux. Rappeler dans une dispute *"c'est mon appartement"* serait la trahison symétrique exacte de l'homme qui récupèrerait les clés. Le pacte est donné et reçu librement, et il est habité librement, dans les deux sens.

Le chapitre suivant complète le tableau financier avec la Nafaqah : l'obligation de subsistance dans tous ses détails, ce qu'elle couvre, ce qu'elle implique, et pourquoi négliger sa femme est une faute juridique et spirituelle grave.

CHAPITRE 14

La *Nafaqah*

L'obligation de subsistance dans tous ses détails

"Il suffit comme péché à l'homme de négliger ceux dont il a la charge."

Abu Dawud n°1692, Kitab al-Zakat

Il y a une différence fondamentale entre subvenir aux besoins de sa famille et *bien* subvenir à ses besoins.

Le premier est un minimum, ne pas laisser les siens mourir de faim ou de froid. Beaucoup d'hommes s'arrêtent là. Ils paient le loyer, ils remplissent le frigo, et ils croient avoir rempli leur part. Le second est une obligation islamique précisément définie, étendue et exigeante que la jurisprudence classique a codifiée avec une minutie remarquable. Et ce qu'elle a produit est un cadre d'une générosité surprenante envers la femme, que deux générations d'hommes ont choisi de ne pas connaître. Parce que le connaître obligeait à l'appliquer.

Le Quran pose la structure en trois versets qui se complètent comme les parois d'une même maison.

"Logez-les là où vous résidez, selon vos moyens, et ne leur causez pas de tort pour les mettre dans la gêne." (Quran 65:6)

"Que celui qui dispose de larges moyens dépense largement." (Quran 65:7)

"Le père doit assurer à la mère leur nourriture et leur habillement de façon convenable." (Quran 2:233)

La *Nafaqah* est une obligation légale proportionnelle aux moyens, soumise au standard du *bil ma'ruf*, ce qui est convenable selon les normes de la société et le rang

de la femme. Pas un plancher fixé une fois pour toutes. Un standard vivant, qui respire avec la réalité.

Ibn Qudamah a établi dans *Al-Mughni* la liste la plus complète de ce que comprend la *Nafaqah* obligatoire. Elle commence là où on l'attend, la nourriture, le logement, les vêtements, et elle va bien plus loin.

La nourriture en quantité et qualité adaptées au rang de la femme et aux coutumes de son milieu. Le logement adapté à son rang, indépendant (la femme ne peut pas être contrainte à cohabiter avec de la belle-famille si ce n'est pas son choix), entretenu, chauffé, sécurisé. Les vêtements selon les saisons et les usages de son milieu social, renouvelés quand ils sont usés. Les soins médicaux : maladies, grossesse, accouchement, soins dentaires. L'hygiène et les produits de soin. Les parfums. Al-Kasani (*Bada'i al-Sana'i*) les mentionne explicitement, sans ambiguïté. Les parures et soins esthétiques, tout ce qui est nécessaire au maintien de la dignité et du rang de l'épouse. Et, pour les femmes issues d'un certain rang social, Ibn Qudamah précise que l'homme peut être tenu de fournir une aide domestique.

Cette liste n'est pas une liste de luxes. C'est le plancher de l'obligation.

Un point crucial : la *Nafaqah* est proportionnelle aux ressources. Quran 65:7 est explicite : *"Que celui qui dispose de larges moyens dépense largement."* L'homme aisé qui fait vivre sa femme comme un homme modeste, tout en maintenant son propre train de vie, transgresse son obligation. La *Nafaqah* exige que la femme vive à un niveau compatible avec les ressources réelles de son mari.

Elle est **inconditionnelle**. La femme n'a pas à mériter sa *Nafaqah*. Elle n'a pas à cuisiner pour l'avoir. Elle n'a pas à être obéissante, disponible, souriante ou productive pour que son mari soit tenu de la loger, de la nourrir et de la vêtir. Al-Kasani est explicite : *"L'obligation de Nafaqah est une dette légale de l'homme. Elle ne peut être suspendue ni conditionnée par le comportement de la femme sauf dans les cas légalement définis."*

Les erreurs les plus courantes sur la *Nafaqah* méritent d'être nommées, sans détour.

Certains maris donnent de l'argent à leur femme comme s'ils lui accordaient une faveur, un billet de temps en temps, selon leur humeur, selon leur satisfaction du moment. Ce n'est pas de la *Nafaqah*. La *Nafaqah* est une obligation légale dont la femme peut exiger le respect devant un tribunal islamique. Une dette. Pas une générosité discrétionnaire.

Le standard du *bil ma'ruf* est dynamique : il évolue avec la société, les coutumes, le milieu social. Ce qui était convenable en 1950 ne l'est pas forcément aujourd'hui. L'homme qui dit *"je la nourris et je la loge"* ignore que ce standard inclut aujourd'hui les soins médicaux préventifs, l'accès à des activités sportives et culturelles, la possibilité de voir ses amies et sa famille. Le minimum n'est pas une cible. C'est un plancher à dépasser.

L'omission la plus répandue concerne les dépenses de parure. Des hommes sérieux, pratiquants, de bonne foi, ignorent totalement que la *Nafaqah* inclut les soins esthétiques, les vêtements élégants, les parfums de leur femme. Ils pensent que ces dépenses sont du luxe, de la coquetterie, de l'accessoire. Ibn Qudamah et Al-Kasani sont sans ambiguïté : ces dépenses sont intégrées à l'obligation légale. L'accessoire islamique, c'est la dignité de la femme.

Il reste la pire erreur. Certains maris utilisent la *Nafaqah* comme levier de contrôle, réduisant ou suspendant les dépenses quand ils sont en conflit avec leur femme. Une pression financière déguisée en frustration conjugale. Quran 65:6 tranche sans nuance : *"Ne leur causez pas de tort pour les mettre dans la gêne."* La *Nafaqah* ne peut pas être une arme. Elle continue dans le conflit, dans la séparation temporaire, dans le silence qui dure depuis une semaine.

Deux hommes, même revenu.

Le premier gagne 3000€ par mois. Sa femme a un budget personnel de 300€ pour ses soins et vêtements, et doit justifier chaque dépense. Le loyer est payé, la nourriture est suffisante. Mais ses vêtements sont vieux, elle ne va jamais chez l'esthéticienne, elle évite d'en parler parce que son mari "fait déjà beaucoup". Cet homme est en défaut de

Nafaqah, non pas sur les bases (logement, nourriture), mais sur les composantes de dignité et de parure que la jurisprudence oblige.

Le second gagne 3000€ par mois. Il vire son salaire directement sur le compte de sa femme. Elle gère, elle arbitre. Une part va aux soins et vêtements, sans condition, sans justification demandée. Quand elle signale un besoin particulier, il l'honore sans commentaire. Ce second homme remplit sa *Nafaqah*. La différence avec le premier n'est pas dans les revenus. Elle est dans la compréhension de l'obligation.

Une clarification pour les foyers où la femme travaille.

Si la femme perçoit un salaire, ce salaire lui appartient, Quran 4:32. L'obligation de *Nafaqah* de l'homme ne diminue pas parce que sa femme travaille. Il doit toujours couvrir l'intégralité des besoins du foyer. Si la femme choisit librement de contribuer aux charges communes, c'est une *Sadaqah* de sa part. Si elle choisit de garder son argent pour elle-même, c'est son droit absolu. L'homme qui dit *"tu travailles, donc tu paies la moitié"* confond le droit islamique avec une logique d'égalité horizontale que le Quran ne reconnaît pas.

L'Effet Forge : l'architecture financière souveraine du foyer

Ce que certains hommes vivent comme une contrainte, financer le foyer pendant que le capital de sa femme reste intact, est en réalité une architecture financière d'une intelligence remarquable.

Dans un contexte d'inflation persistante et d'instabilité économique cyclique, le capital personnel de la femme n'est pas une fuite de valeur hors du foyer. C'est le **fond de réserve souverain**, un actif hors d'atteinte des créanciers, non exposé aux aléas professionnels du mari, non érodé par les charges communes. L'Islam a inscrit dans son droit, sans jamais l'appeler ainsi, ce que les planificateurs modernes nomment une réserve d'urgence hors bilan conjugal.

L'homme qui finance son foyer n'est pas lésé. Il gère les charges courantes pendant que sa femme constitue le capital de réserve. Ce n'est pas une asymétrie à son détriment, c'est la répartition la plus intelligente du risque à deux. Si son entreprise

traverse une crise, si sa santé vacille, si une urgence surgit : le capital souverain de sa femme est là. Intact. Disponible. Non par caprice d'un verset, mais par une sagesse financière que l'Islam avait inscrite dans son droit mille ans avant la banque moderne.

> *"Pendant deux ans, j'ai mal vécu le fait que ma femme garde son salaire. J'avais l'impression de porter tout seul. L'année où mon entreprise a failli couler, c'est son capital intact qui a tout absorbé. J'ai compris cette nuit-là que ce n'était pas une injustice, c'était l'architecture qui nous a sauvés."*

> ***Karim, 34 ans***

"Il suffit comme péché à l'homme de négliger ceux dont il a la charge." (Abu Dawud n°1692, Kitab al-Zakat)

Ce hadith n'est pas une exhortation vague. C'est un avertissement précis sur la gravité d'une faute que beaucoup commettent sans en avoir conscience, parce que personne ne leur a jamais dit ce que l'obligation couvre réellement.

Le chapitre suivant quitte le terrain des ressources pour celui des décisions, et explore la Shura conjugale : comment décider ensemble sans perdre la verticalité du foyer.

CHAPITRE 15

La *Shura* Conjugale

Décider ensemble sans perdre la verticalité

"Dont les affaires se règlent par consultation mutuelle entre eux."

Quran 42:38

Il y a deux façons de mal gouverner un foyer.

La première est la tyrannie, l'homme décide seul, sans consulter, sans expliquer, sans admettre qu'il pourrait se tromper. Ce modèle a été nommé et condamné. La seconde est moins visible, moins nommée, presque respectée : l'anarchie douce. Les deux époux débattent de tout indéfiniment. Aucune décision n'est jamais vraiment prise. Chaque question devient un terrain de négociation épuisante. Et le foyer tourne en rond, dans un confort apparent qui ressemble à de l'équité mais produit, en réalité, une paralysie progressive.

Le modèle islamique propose une troisième voie. Ni domination, ni dérive. La *Shura*, la consultation mutuelle, combinée à une verticalité décisionnelle qui permet à l'action d'exister.

Le Quran 42:38 cite la consultation mutuelle comme l'une des caractéristiques fondamentales des croyants, au même titre que la prière et l'aumône. Ce n'est pas une recommandation optionnelle. C'est un trait distinctif de la communauté de foi. Et le Quran 2:233 l'applique directement à la décision familiale, pour une question aussi intime que l'allaitement d'un enfant : *"Si tous deux désirent le sevrage d'un commun accord et après consultation, il n'y a aucun tort pour eux."* La *Shura* n'est pas réservée aux grandes décisions stratégiques. Elle est le mode opératoire normal du couple.

Ibn Taymiyyah précise que le responsable de la famille, comme le responsable politique, a l'obligation morale de consulter avant de décider. L'homme qui décide sans consulter n'exerce pas la *Qiwamah*, il abuse du titre.

Le modèle vivant de cette *Shura* est le Prophète ﷺ lui-même. L'un des exemples les plus célèbres est celui d'Al-Hudaybiyya. Après avoir signé un traité difficile avec les Quraysh, ses compagnons hésitent à obéir à ses ordres, troublés par les termes. C'est Umm Salama (RA), son épouse présente ce jour-là, qui lui suggère la façon de débloquer la situation. Il suit son conseil. La situation se débloque. Un homme dont la sagesse est inégalée dans l'histoire de l'humanité consultait sa femme sur des questions politiques majeures, et suivait son conseil.

L'architecture de la décision conjugale dans ce modèle suit un mouvement en trois temps.

D'abord la consultation. Vraie, ouverte, sans mise en scène. L'homme présente la question à sa femme, lui donne les informations dont il dispose, l'écoute jusqu'au bout sans préparer mentalement sa réponse pendant qu'elle parle. La condition minimale de cette consultation est simple : être réellement ouvert à changer d'avis. Écouter ce qui est dit, pas ce qu'on veut entendre. Et surtout, ne pas présenter une décision déjà prise comme si on consultait. Si l'homme a décidé avant d'en parler, il n'est pas en train de consulter. Il joue un rôle. Ce n'est pas de la *Shura*. C'est de la mise en scène, et sa femme le sait.

Ensuite l'arbitrage : selon la sphère. La règle est sans ambiguïté, même si peu de foyers l'appliquent vraiment. À l'intérieur (*Batin*), l'organisation de la maison, la gestion du budget, l'atmosphère, le rythme de vie intérieur, les achats du foyer, c'est la femme qui tranche. L'homme a donné son avis. La décision finale lui revient à elle. Si elle dit non, il se soumet. Sans argumentation supplémentaire, sans bouderie qui dure trois jours. Il s'exécute. À l'extérieur (*Zahir*), les décisions stratégiques qui engagent la famille face au monde, un investissement majeur, un déménagement, une orientation professionnelle, c'est l'homme qui tranche, après une consultation authentique. Sa femme porte la direction avec lui loyalement. *Se rallier loyalement* ne signifie pas se taire. Cela signifie que la *Shura* a eu lieu, que ses réserves ont été entendues, que ses

arguments ont compté, et qu'une fois la direction fixée, elle la porte pleinement, sans la saboter en douce.

Enfin la soumission loyale. Quand la décision est rendue dans l'une ou l'autre sphère, l'autre époux s'y soumet. Pas à demi. Pas avec ce soupir résigné qui dit tout ce que la bouche retient. Complètement. L'homme dont la femme a dit non à une organisation intérieure ne revient pas sur la question le lendemain avec de nouveaux arguments. Il a été consulté. La décision appartient à sa femme. La femme dont le mari a tranché une décision extérieure ne la torpille pas dans le silence qui suit. La décision appartient à son mari. La soumission loyale n'est pas une capitulation permanente et muette, c'est une confiance en acte. Si la décision s'avère mauvaise, elle a le droit de le nommer : *"Ça n'a pas fonctionné comme prévu. La prochaine fois, j'aimerais qu'on reconsidère ma position plus sérieusement."* Ce n'est pas une rébellion tardive. C'est de la *Shura* en différé, et c'est exactement ce qui améliore les décisions suivantes.

Deux précisions sur ce que la *Shura* n'est pas.

Ce n'est pas la démocratie. Dans une démocratie, la majorité décide. Dans le foyer, ce n'est pas le modèle, et vouloir l'y appliquer produit des blocages, pas de la justice. Quand les deux époux ont des avis franchement divergents sur une décision extérieure, l'homme tranche en dernier ressort, après une consultation authentique. Ce n'est pas une injustice. C'est une architecture. Un foyer qui vote et ne peut jamais trancher est un foyer qui dérive.

Ce n'est pas non plus la manipulation déguisée en consultation. La *Shura* corrompue, c'est l'homme qui présente les options de façon à orienter sa femme vers la décision qu'il a déjà prise. Ou la femme qui exprime son avis de manière à faire peser une culpabilité diffuse si son mari ne la suit pas. Ces deux formes ne sont pas de la *Shura*. Ce sont des jeux de pouvoir habillés en dialogue. La *Shura* saine est celle où deux personnes cherchent ensemble la meilleure décision, pas celle où chacun cherche à avoir le dernier mot.

Un exemple concret : la famille doit décider de déménager dans une autre ville pour une opportunité professionnelle de l'homme.

Dans le foyer pathologique, l'homme annonce la décision. La femme apprend qu'ils déménagent dans trois mois. Elle n'a pas été consultée, ses doutes n'ont pas été entendus, ses liens sociaux dans la ville actuelle n'ont pas été considérés. Elle s'exécute, en silence, en amertume.

Dans le foyer d'Excellence, l'homme présente l'opportunité à sa femme, les détails, les avantages, les incertitudes. Il lui demande son avis sincère. Elle exprime ses réserves : son réseau social, l'école des enfants, la distance avec ses parents. Il écoute vraiment. Ils cherchent ensemble des solutions aux réserves. Puis il tranche. Sa femme n'est pas d'accord à 100%, mais elle a été entendue. Elle a contribué. Elle soutient la décision parce qu'elle sait qu'elle a eu sa place dans le processus.

La qualité de la décision est souvent meilleure dans le second cas. La qualité de la relation, elle, est toujours meilleure. Toujours.

Le chapitre suivant aborde la question la plus symboliquement révélatrice de la jurisprudence conjugale : la liberté de mouvement de la femme. Comment les textes classiques ont encadré les sorties, et pourquoi les principes islamiques internes permettent et même commandent une lecture différente dans notre époque.

CHAPITRE 16

La Question des Sorties

De la permission à la consultation : une modernisation ancrée dans les textes

"Il n'est pas nié que les règles changent avec le changement des temps et des lieux."

Al-Suyuti, *Al-Ashbah wal-Naza'ir*

Peu de questions cristallisent autant de tension que celle de la liberté de mouvement de la femme. D'un côté, des hommes qui brandissent le *idhn*, l'autorisation, sans jamais s'interroger sur ce que ce mot signifiait dans les sociétés qui l'ont codifié. De l'autre, des femmes qui rejettent tout cadre conjugal sur les sorties comme s'il était intrinsèquement oppressif. Ces deux camps ne se parlent pas. Ils s'ignorent ou se condamnent.

Ce livre propose une troisième lecture, fidèle aux textes, honnête sur leur contexte historique, cohérente avec les principes islamiques qui permettent et même commandent une évolution de l'application.

Les juristes classiques des quatre grandes écoles ont encadré les sorties de la femme avec des degrés variables de restriction. Cette position n'était pas arbitraire. Elle répondait à un contexte précis que l'histoire a profondément transformé. Dans les sociétés médiévales, une femme seule dehors était en danger réel, danger physique, pas métaphorique. Elle n'avait pas de personnalité juridique pleinement reconnue dans la sphère publique. L'honneur familial était lié à la réputation des femmes et leur mobilité était régulée par tout le groupe, pas seulement par le mari. Ces conditions ont changé. Fondamentalement, radicalement, irréversiblement.

Ce n'est pas l'influence extérieure qui autorise cette évolution. Ce sont les principes islamiques internes eux-mêmes.

Ibn 'Abidin, référence suprême de l'école hanéfite, a formulé la règle : *"Beaucoup de règles changent avec le temps selon l'évolution des coutumes et des conditions."* Al-Suyuti la codifie comme maxime classique : *"Il n'est pas nié que les règles changent avec le changement des temps et des lieux."* Ces principes ne disent pas que la *Charia* change, ils disent que son **application** évolue avec les conditions sociales. La finalité reste la même. La forme s'adapte.

Et la finalité de la restriction des sorties était la **protection** de la femme : *hifz al-nafs* (protection de la personne) et *hifz al-'ird* (protection de l'honneur). Aujourd'hui, une femme éduquée, dans une société dotée de lois protégeant ses droits, peut assurer elle-même cette protection, ou la partager avec son mari de façon concertée. La finalité est atteinte par des moyens différents. L'application du *idhn* n'est plus la seule voie.

La preuve la plus forte est dans la Sunnah elle-même. Khadija (RA) gérait des caravanes commerciales allant de La Mecque à la Syrie et au Yémen, avant et pendant son mariage avec le Prophète ﷺ. Elle n'a pas cessé ses activités après leur union. Aïcha (RA) enseignait des milliers de compagnons, recevait des délégations, se déplaçait pour l'enseignement religieux, avec la connaissance et le soutien du Prophète ﷺ. Si le *idhn* était une règle absolue et divine, le Prophète ﷺ l'aurait appliquée sans exception à ses propres épouses. Ce n'est pas ce qu'il a fait.

Ce livre ne rejette pas tout cadre conjugal sur les sorties. Il le reformule, et il l'inverse.

La logique du *Zahir/Batin* conduit à une conclusion directe : **c'est l'homme qui informe sa femme de ses sorties et lui en demande la validation**. Avant de sortir pour retrouver des amis, pour un déplacement, il dit à sa femme où il va, avec qui, et quand il revient. Il lui demande si cela convient à l'organisation du foyer. Si elle a besoin de lui, si quelque chose dans l'organisation intérieure nécessite sa présence, il reste ou il ajuste. Sa sortie ne prime pas sur les besoins du foyer dont elle est la souveraine.

Ce n'est pas de la servitude. C'est de la cohérence. Il dirige dehors. Elle dirige dedans. Ses allées et venues passent par le *Batin*, donc par son autorité.

La femme, de son côté, organise ses propres déplacements librement, en informant son mari par courtoisie et par sécurité mutuelle, non pour obtenir une autorisation.

Ce modèle Zahir/Batin ne s'applique pas à l'espace professionnel de la femme. Son travail, ses déplacements professionnels, ses décisions dans sa carrière, tout cela appartient à sa sphère propre, irréductible. Le modèle Zahir/Batin concerne l'organisation du foyer conjugal, pas la vie entière de la femme. Elle qui vit ce modèle le fait avec la conscience claire que sa vie professionnelle lui appartient entièrement, et que ce livre ne lui demande pas d'en déléguer le gouvernement à son mari.

Ce modèle demande aussi un homme déjà en chemin. Mais ce livre n'est pas que l'affaire de l'homme. La femme qui le lit a un rôle : elle choisit, avant le mariage, un homme déjà dans cette posture ou sincèrement engagé à y progresser. Et une fois mariée, elle peut accompagner ce chemin, par sa présence, ses mots, son refus d'accepter moins que ce modèle décrit. Ce n'est pas unidirectionnel.

Des études en psychologie sociale confirment ce que la tradition islamique avait anticipé : dans les foyers où la femme exerce un contrôle réel sur l'espace intérieur, la stabilité conjugale est significativement plus élevée. La femme qui sait où est son mari, quand il revient, avec qui il est, vit dans un état de sécurité émotionnelle qui nourrit directement la *Sakinah* du foyer. À l'inverse, le mari qui contrôle les sorties de sa femme produit l'effet inverse : anxiété, résistance, perte de confiance.

La différence entre les deux modèles tient souvent à quelques mots.

Dans le modèle de permission, la femme dit : *"Est-ce que je peux aller voir ma mère samedi ?"* Le mari dit : *"Je verrai."* Dans ce modèle, la femme est en position de demande permanente. Son mari est un gardien. Sa liberté dépend de son humeur.

Dans le modèle de concertation, la femme dit : *"Je compte voir ma mère samedi. Est-ce que ça te convient niveau organisation ?"* Le mari dit : *"J'avais prévu qu'on sorte ensemble l'après-midi, tu peux y aller le matin ?"* Dans ce modèle, les deux époux s'informent et s'organisent mutuellement. Aucun n'a de veto arbitraire. Aucun n'est dans la position de demander une faveur pour exercer une liberté normale.

La *Sakinah* se construit dans le second modèle. Pas dans le premier.

Prendre les textes au sérieux, comprendre leurs finalités, appliquer ces finalités avec intelligence dans le contexte contemporain. Non pas sacrifier la tradition à la modernité. Non pas sacrifier la modernité à la tradition. Mais les articuler dans une lecture honnête et courageuse. C'est ce que les grands juristes islamiques ont toujours fait, pas les plus timides, pas les plus confortables, mais les plus rigoureux. Et ce foyer que ce livre décrit n'est pas un idéal figé dans un livre. Il se construit dans le quotidien, un acte à la fois.

La Partie IV est terminée. Vous avez maintenant l'architecture complète du foyer d'Excellence : qui fait quoi physiquement, qui gère quoi financièrement, qui possède quoi légalement, comment les décisions se prennent et comment la liberté de chacun s'organise. La Partie V entre dans la texture du quotidien : la communication, l'intimité, le pardon, le rire et les beaux-parents.

PARTIE V : LA VIE QUOTIDIENNE

CHAPITRE 17

La Posture Ferme mais Tendre

Ferme sur ses droits, douce dans sa présence

"La douceur n'est présente dans rien sans l'embellir, et elle n'en est retirée sans l'enlaidir."

Muslim n°2594

Tenir deux choses en même temps. La fermeté sur les principes et la douceur dans la relation. Non pas alternativement, tantôt ferme, tantôt douce selon l'état du jour. Simultanément. Comme deux fils d'une même corde, tressés l'un dans l'autre, inséparables.

La femme qui n'a que la fermeté sans la douceur ressemble à un tribunal. On ne veut pas y aller. On s'y défend, on y négocie, on cherche à en sortir. Celle qui n'a que la douceur sans la fermeté ressemble à de l'eau, elle prend la forme du récipient. On ne la respecte pas vraiment. On l'utilise.

La femme qui tient les deux ensemble est celle dont le mari cherche la présence, dont il respecte les exigences, et à qui il offre spontanément ce qu'elle n'a pas encore demandé. Parce qu'il sait qu'elle le mérite. Et parce qu'il sait que si elle demande, elle demandera avec une autorité qu'il ne peut pas ignorer.

La fermeté commence par la connaissance. La femme qui connaît ses droits, la *Nafaqah*, le service domestique, la souveraineté sur le *Batin*, l'indépendance financière, ne les brandit pas comme des armes. Elle les tient comme des certitudes. Et la certitude a une façon de s'exprimer qui ne ressemble ni au combat ni à la prière. Elle ressemble à l'évidence.

Quand son mari manque à ses obligations, elle ne pleure pas dans le silence et elle n'explose pas dans la colère. Elle rappelle le cadre. Calmement. Avec autorité. Avec la sérénité de quelqu'un qui sait que la justice est de son côté. Quran 4:128 reconnaît à la femme la capacité de prendre des initiatives pour corriger une situation qui lui est défavorable, non par capitulation, mais par négociation active. Ibn Taymiyyah est clair : la femme a le droit d'exiger l'application de ses droits légaux, et ce n'est pas de l'orgueil, c'est de la dignité.

Cette fermeté prend plusieurs formes selon la situation, mais elle a toujours la même texture : une voix calme, un regard direct, l'absence de culpabilité dans le ton.

Sur les droits non négociables : si son mari refuse de financer ses soins ou ses vêtements, elle lui rappelle son obligation. Une fois. Clairement. Elle ne plaide pas, elle ne supplie pas. Elle constate.

Sur les limites du foyer : l'ingérence de la belle-famille, le manque de respect, les comportements contraires au *bil ma'ruf*, elle les nomme quand ils surviennent. *"Ce que tu viens de faire n'est pas acceptable dans notre foyer."* Une fois. Pas vingt.

Sur sa propre parole enfin : elle ne dit pas oui quand elle pense non. Elle ne cède pas par fatigue pour avoir la paix du soir. Ce qu'elle dit est réel. Cela inclut la dimension intime : Al-Nawawi (*Rawdat al-Talibin*) reconnaît explicitement les excuses valides qui dispensent la femme de répondre aux sollicitations conjugales : la maladie, l'épuisement physique réel, la blessure émotionnelle non résolue. La femme qui dit *"pas ce soir, je ne suis pas bien"* n'enfreint pas son rôle conjugal. Elle exerce un droit que la jurisprudence classique lui reconnaît, avec les mêmes mots calmes et directs qu'elle mettrait sur n'importe quelle autre vérité.

Cette fermeté ne dépend pas de l'état émotionnel du moment. C'est une posture de fond. Le refus serein et constant d'accepter l'injustice.

La fermeté sur le fond ne dispense pas de la douceur sur la forme. Muslim n°2594 est clair : la douceur embellit tout ce dans quoi elle est présente. Elle n'est pas une faiblesse, c'est une force qui ouvre là où la brutalité ferme. La vérité dite avec douceur est reçue. La même vérité dite avec dureté est rejetée, même si elle est juste.

La tendresse s'exprime de façon tout aussi active que la fermeté.

Dans la gratitude, quand l'homme accomplit son service, quand il cuisine, nettoie, remet le budget, sa femme voit et nomme cet acte. Elle dit : *"Je vois ce que tu fais. Je l'apprécie."* Cette reconnaissance n'est pas de la déférence, c'est de l'*Ihsan* en retour. Elle est le carburant de la chevalerie masculine.

Dans l'accueil, quand l'homme rentre du *Zahir*, épuisé, tendu, chargé, la maîtresse du *Batin* l'accueille. Pas avec une liste de problèmes à régler. Avec une présence qui dit : *"Tu es arrivé quelque part."*

Dans la beauté cultivée, elle entretient sa présence, non par vanité, mais parce que la beauté dans le foyer est un acte spirituel. Ibn Qayyim le formule avec précision dans *Zad al-Ma'ad* : la femme qui se soigne pour son mari pratique une forme de *Sadaqah* envers son foyer. Elle offre à ses yeux quelque chose qui apaise, qui attire, qui maintient vivant le désir fondateur de l'union.

Cette dualité ne vient pas naturellement. Elle s'apprend. Et ce qu'on apprend d'abord, c'est une séparation : le fond est non négociable, la forme est infiniment flexible. *"Je ne tolérerai pas que tu me parles sur ce ton"* dit avec une voix calme et des yeux directs est infiniment plus puissant que la même phrase criée.

On apprend à choisir le moment, la fermeté productive ne s'exprime pas dans la chaleur du conflit, quand les cœurs sont fermés. Elle attend un moment de calme relatif. Et on apprend à revenir à la tendresse après, parce que la fermeté est un outil ponctuel, pas une identité permanente. L'atmosphère du foyer ne peut pas être celle d'un tribunal à temps plein.

Son mari tarde à lui remettre le budget mensuel. Une semaine passe. Puis deux.

La posture faible : elle attend en silence, puis explose après trois semaines en lui reprochant tout ce qui s'est accumulé. La posture agressive : elle lui fait une scène dès le premier retard, avec des reproches sur le passé. La posture ferme et tendre : au bout d'une semaine, dans un moment calme, elle dit : *"J'ai besoin du budget du foyer. J'ai avancé sur mes économies cette semaine. Quand peux-tu me le remettre ?"* Ton

calme, regard direct, attente réelle d'une réponse. Si le problème se répète, la conversation devient plus formelle : *"C'est notre accord. J'ai besoin que tu le tiens."*

Pas d'explosion. Pas de silence. Elle rappelle son droit avec la sérénité de quelqu'un qui sait qu'il a raison, et la douceur de quelqu'un qui aime la personne à qui il parle.

La femme qui a intégré cette dualité n'a plus besoin de se battre pour ses droits. Elle n'a plus besoin de pleurer pour attendrir. Elle est simplement présente, ferme et douce à la fois, et quelque chose en elle est impossible à ignorer. Pas à défier non plus.

La clause de sortie honorable

Ce modèle d'excellence conjugale ne fonctionne que dans le cadre d'un contrat librement consenti et mutuellement respecté. Il n'est pas une prison dorée.

Si l'un des deux pôles rompt ce cadre de manière systémique, que ce soit l'homme qui abandonne ses obligations de *Nafaqah*, de service et de protection, ou la femme qui refuse tout dialogue, toute réciprocité, toute présence réelle, le maintien du lien ne devient ni une vertu ni une obligation islamique. Ce modèle exige l'excellence des deux côtés. Quand cette excellence est impossible à atteindre malgré les efforts, malgré le dialogue, malgré les corrections successives, il existe une sortie islamique nette et noble.

L'Islam a institué deux instruments de dignité. Le *Talaq*, le divorce prononcé par l'homme, est un droit légal encadré, non une défaite. Le *Khul'*, le divorce à l'initiative de la femme avec restitution de la dot, est une institution prophétique directe. Lorsqu'une femme se présenta au Prophète ﷺ et demanda à être séparée de son mari, non parce qu'il était injuste moralement, mais parce qu'elle ne pouvait plus vivre avec lui, il ne l'interrogea pas sur ses raisons. Il dit : *"Lui rends-tu son jardin ?"* Elle répondit : *"Oui."* Il dit alors à l'homme : *"Accepte le jardin, et divorce d'elle." (Bukhari n°5273)*

Ce récit est une déclaration islamique limpide : **aucune femme n'est prisonnière d'un foyer où elle ne peut plus s'épanouir**. Ce modèle ne propose pas une cage raffinée. Il propose un espace de grandeur, et si cet espace devient un lieu de

souffrance systémique, la porte est ouverte. Proprement. Dignement. Sans honte, sans culpabilité, sans pression communautaire qui aurait plus de poids que le droit d'Allah.

Ce n'est pas une invitation à fuir à la première difficulté. C'est une garantie que la liberté est toujours disponible. Et c'est précisément parce qu'elle est disponible que le choix de rester, dans ce modèle, devient un choix réel, pas une contrainte.

Le chapitre suivant entre dans la dimension la plus intime du foyer, l'intimité sacrée, et explore comment le désir, la générosité et le respect mutuel transforment l'union physique en acte d'adoration.

CHAPITRE 18

L'Intimité Sacrée

Quand le désir devient adoration

"Elles sont un vêtement pour vous et vous êtes un vêtement pour elles."

Quran 2:187

La littérature islamique populaire francophone a produit deux façons de mal parler de l'intimité conjugale.

La première est le silence, cette gêne collective qui traite le désir entre époux comme un sujet indécent, quelque chose qu'on effleure en baissant la voix ou qu'on n'effleure pas du tout. La seconde est plus répandue et plus dommageable : une conception unilatérale qui réduit l'intimité à un droit de l'homme et une obligation de la femme, comme si le Quran avait pensé cette union à sens unique.

Ni l'un ni l'autre. Al-Ghazali a traité l'intimité conjugale avec une franchise, une profondeur et une générosité que beaucoup trouveraient surprenantes. Il l'a définie comme un acte de don mutuel, une forme d'adoration, l'un des chemins les plus directs vers la *Sakinah*. Ce chapitre continue dans la même direction.

"Elles sont un vêtement pour vous et vous êtes un vêtement pour elles." (Quran 2:187) Ibn Kathir commente cette métaphore avec précision : le vêtement couvre ce qu'on ne montre pas aux autres, protège du froid et du regard, est en contact permanent avec la peau. Appliquée à l'intimité conjugale, cette métaphore dit : vous vous couvrez mutuellement. Vous protégez mutuellement vos pudeurs. Vous êtes l'un pour l'autre ce que personne d'autre n'est, la proximité absolue, le contact sans barrière. Et cette métaphore est bidirectionnelle. Il n'y a pas de sens unique. Il y a une réciprocité totale.

Le Prophète ﷺ a dit : *"Dans les rapports intimes de l'un de vous avec sa femme, il y a une aumône."* Les compagnons s'étonnent : *"L'un de nous satisfait son désir et il y a récompense ?"* Il répond : *"N'est-ce pas que s'il le faisait de façon illicite, il y aurait un péché ? De même, le faire de façon licite lui vaut une récompense." (Muslim n°1006)* Ce hadith transforme radicalement la façon de comprendre l'intimité conjugale. Ce n'est pas un acte neutre ou purement biologique. Accompli avec l'intention de protéger son conjoint du péché, de renforcer le lien, de s'unir dans la *Rahmah*, c'est une *Sadaqah*. Une aumône qui rapproche d'Allah.

Al-Ghazali (*Ihya Ulum al-Din*, Kitab al-Nikah) affirme explicitement que l'homme a l'obligation morale de veiller au plaisir de sa femme dans l'intimité. Non pas comme une courtoisie optionnelle, comme un devoir envers elle : *"L'homme qui ne prend pas soin de la satisfaction de son épouse dans l'intimité pèche contre le droit qu'elle a sur lui. Car elle aussi a un besoin, et ignorer ce besoin est une forme d'injustice."* Il recommande la tendresse, les paroles douces, le préambule suffisant, l'attention au désir de l'épouse. Il critique explicitement la précipitation et l'égocentrisme masculin dans l'intimité comme des manquements à l'*Ihsan* conjugal.

La réciprocité s'impose avec la même clarté.

Si l'homme doit le soin, la tendresse et l'attention dans l'intimité, la femme a une obligation symétrique : la disponibilité réelle. Non pas la disponibilité froide de l'obligation, celle où l'union se produit parce que *"c'est son droit"*, sans présence véritable. Mais la disponibilité choisie, celle qui vient de la femme servie, protégée, sécurisée, et qui répond par sa présence entière. La disponibilité n'est pas une servitude. C'est la moitié du don.

La jurisprudence classique des quatre grandes écoles est unanime, Ibn Qudamah dans *Al-Mughni*, Al-Nawawi dans *Rawdat al-Talibin* : la disponibilité intime est un droit de l'époux, encadré par des conditions légales précises (absence d'empêchement physique ou moral, absence de préjudice, traitement respectueux). Mais ce droit, dans ce modèle, ne s'exerce pas par la contrainte. Il s'accomplit par le désir. Et le désir de la femme, sa disponibilité choisie, non imposée, est la forme la plus haute de ce droit. Il

n'est pas produit par la pression. Il est produit par tout ce qui précède dans ce livre : le service, la sécurité, la tendresse, la confiance.

Mais avant d'aller plus loin, une distinction qui change tout.

Une femme froide parce que ses droits ne sont pas honorés, parce qu'elle rentre épuisée dans un foyer qu'elle gère seule, parce qu'on lui demande ses justifications pour acheter des chaussures, parce que son mari contrôle sans servir, cette femme n'est pas en train de *refuser* l'intimité. Elle se protège. Sa froideur est une information, pas une trahison. Avant de parler d'obligation, l'homme doit se demander honnêtement : *"Est-ce que je lui donne vraiment ce dont elle a besoin, ou seulement ce que je crois qu'elle a besoin ?"*

Dans le foyer où ce modèle est vraiment vécu, où la femme est sécurisée, honorée, déchargée, respectée, une autre question se pose. Si dans ce contexte elle reste fermée de façon durable, sans raison identifiable, alors quelque chose mérite d'être dit en couple, avec douceur : cela peut être un besoin non formulé, une blessure non résolue, une fatigue profonde. Le remède n'est pas la pression, c'est la conversation. *"Qu'est-ce qui manque ? Qu'est-ce que tu as besoin que je comprenne ?"*

Al-Ghazali est clair dans les deux sens : l'union accomplie dans la conscience du don est une source de *Barakah* pour les deux. Mais ce don ne peut jamais être arraché, il est offert librement, ou il perd sa nature.

L'intimité islamique authentique repose sur le désir mutuel. Ce livre travaille à créer les conditions de ce désir, par le service, la tendresse, la présence, la beauté cultivée, la sécurité émotionnelle. Quand ces conditions existent, l'intimité devient naturelle, désirée des deux côtés, sans que personne ait besoin de rappeler ses droits. Quand elles sont absentes, la forcer ne produit ni *Sakinah* ni *Mawaddah*. Seulement de la distance.

Le préambule à l'intimité, les paroles tendres, la douceur physique, le temps accordé à l'autre, n'est pas une option romantique. C'est une obligation morale envers son conjoint. L'homme qui ne s'y engage pas prive sa femme d'un droit : celui d'être vue, désirée et approchée avec soin.

L'intimité conjugale dans ce modèle n'est pas non plus une performance dont l'un ou l'autre serait le spectateur. C'est une connexion, un moment où deux âmes et deux corps se rejoignent dans la conscience qu'Allah a créé cette union comme l'un de Ses signes. Ibn Qayyim (*Rawdat al-Muhibbin*) distingue le désir qui consume, *Shahwa*, du désir qui donne, *Mahabba*. C'est celui-là que ce modèle vise : le désir qui génère du don, non de la prise. Et ce que le Prophète ﷺ a tracé comme modèle dans son foyer, la douceur, les surnoms affectueux, la course dans la ruelle, est la preuve vivante que ce modèle n'est pas un idéal inaccessible.

Ce qui se passe dans l'intimité reste dans l'intimité. Muslim n°1437 est explicite : divulguer le secret de son conjoint est parmi les actes les plus condamnés. Pas de confidences aux amies, pas de comparaisons avec d'autres couples, pas d'allusions devant des tiers. Le *Batin* est protégé par cette règle absolue.

L'intimité conjugale peut s'éteindre progressivement sans que personne ne comprenne vraiment pourquoi. Elle part en silence, par couches successives, et on réalise un jour qu'il y a un espace entre deux personnes qui dorment dans le même lit.

La cause la plus commune : la femme qui assume seule les tâches domestiques en plus de sa vie professionnelle. Elle rentre épuisée. Elle n'a plus rien à offrir le soir. L'intimité est la première victime de la fatigue, pas d'un manque d'amour, mais d'une absence de soin. Le remède est dans les chapitres précédents.

La seconde cause est plus subtile : l'homme qui ne touche sa femme que dans le contexte de l'intimité. Chaque geste d'affection devient une interrogation sur ce qu'il annonce. Elle finit par se protéger de l'affection elle-même, parce qu'elle ne sait plus ce qu'elle signifie. La tendresse sans intention, quotidienne, sans arrière-pensée, est le seul remède à cette dérive.

Les petits actes qui font le tissu d'un foyer vivant n'ont pas besoin d'être grands. Il l'appelle par son surnom. Il lui ramène un verre d'eau sans qu'elle demande. Il lui retire ses bijoux le soir. Il prend parfois ses pieds dans ses mains, simplement, sans occasion particulière, parce qu'il est là et qu'elle mérite ce soin. Elle pose sa tête contre

lui. Ces gestes n'ont pas de nom, ils sont la langue privée du foyer. Ils maintiennent vivant ce qui, sans eux, s'éteint doucement.

"Il lave ses pieds : l'eau tiède, ses mains lentes. Une ablution. Pas la sienne. La leur."

"Ses pieds ont l'odeur du foyer."

Les rancœurs non résolues bloquent tout le reste. Deux personnes ne peuvent pas s'unir dans la vulnérabilité de l'intimité quand elles portent des reproches qu'elles n'ont jamais vraiment déposés. Le chapitre 23 sur le pardon y revient.

La tendresse sans intention et le droit à la froideur temporaire

Il existe une forme d'intimité que l'Islam a sanctifiée au même titre que l'union physique, et que les couples perdent parfois sans s'en rendre compte : l'intimité du quotidien, les gestes tendres qui n'annoncent rien, ne demandent rien, n'attendent rien.

Une main posée sur l'épaule en passant. Un front embrassé avant de partir. S'asseoir l'un contre l'autre sans raison particulière. Ces gestes ne sont pas des préliminaires. Ils sont une présence, la preuve physique, répétée chaque jour, que l'autre existe dans l'espace de l'un. Ibn Qayyim note dans *Rawdat al-Muhibbin* que l'attachement conjugal se nourrit de ces moments autant que de l'union elle-même. L'époux qui ne touche sa femme que dans le contexte de la demande intime crée une association qui finit par peser, chaque geste d'affection devient une interrogation sur ce qu'il annonce. La tendresse sans intention libère les deux de cette question.

Il faut aussi nommer une réalité que les couples n'osent pas toujours formuler : **chacun a le droit à la froideur temporaire**. Il y a des soirs où l'un des deux est dans ses pensées, absorbé par une préoccupation, moins disponible à la douceur. Ce n'est pas un rejet. Ce n'est pas un signal d'alerte. C'est une journée. L'époux qui interprète chaque moment de distance affective comme un problème conjugal crée plus de tension que la distance elle-même. La *Sakinah* conjugale inclut le droit de ne pas être pleinement présent certains soirs, à condition que ce soit une exception, pas une norme qui s'installe.

La règle pratique est simple : si la froideur dure plus de deux jours sans explication, il faut nommer. Pas accuser, nommer. *"Tu sembles loin depuis quelques jours. Qu'est-ce qui se passe ?"* Cette phrase, dite avec douceur, vaut mieux que dix jours de silence interprété dans tous les sens.

Dans un foyer sans soin, il rentre fatigué. Elle est fatiguée aussi. Il s'approche parce que c'est *"son droit"*. Elle répond parce que c'est *"son devoir"*. L'union se produit dans la froideur de deux personnes qui s'acquittent d'une tâche.

Dans un foyer de *Mahabba*, il a cuisiné ce soir. Ils ont mangé ensemble, ils ont ri. L'union n'est pas séparée de la soirée, elle en est le prolongement. Les deux en sortent plus proches.

La différence n'est pas dans les actes. Elle est dans tout ce qui les précède.

Le chapitre suivant reste dans la texture du quotidien pour explorer la communication conjugale, cet art fragile qui peut soit blesser, soit guérir, selon la façon dont on choisit ses mots.

CHAPITRE 19

La Communication sans Ego

Parler pour rejoindre, pas pour avoir raison

"Celui qui croit en Allah et au Jour dernier doit dire une bonne parole ou se taire."

Bukhari n°6018

La plupart des disputes conjugales ne portent pas sur ce qu'on croit.

On croit se disputer sur les finances, les belle-mères, l'éducation des enfants, ou sur qui n'a pas rangé la cuisine. Mais sous tout ça, les vraies questions ne changent pas : *"Est-ce que tu me vois ?" "Est-ce que mon avis compte ?" "Est-ce que tu me respectes ?"*

Les mots sont la surface. Le besoin est en dessous.

Parler sans ego, c'est apprendre à descendre jusqu'à ce besoin, à dire la vérité d'une façon qui peut être reçue, pas d'une façon qui déclenche la défense. À écouter pour comprendre, pas pour construire sa réplique pendant que l'autre parle encore. Ce n'est pas une technique de couple. C'est un art que personne n'apprend à l'école, que beaucoup de foyers n'ont jamais vraiment tenté, et qui change tout quand on s'y engage sans attendre que l'autre commence.

Bukhari n°6018 pose un standard absolu : toute parole doit soit apporter du bien, soit ne pas être dite. Dans le contexte conjugal, ça ne veut pas dire se taire sur les problèmes. Ça veut dire choisir *comment* et *quand*, plutôt que de laisser sortir tout ce qui monte dans le moment parce qu'il monte.

Le mépris est la pire de toutes les formes que peut prendre la parole conjugale. Pas les cris, le mépris. Le soupir dédaigneux. Le rire moqueur. Le *"tu ne comprends jamais rien"* dit avec ce ton-là. Quran 49:11-12 l'interdit sans détour : *"Que des gens ne se*

raillent pas d'autres gens... Ne vous insultez pas les uns les autres." La psychologie contemporaine a fini par mesurer ce que les textes islamiques avaient posé quatorze siècles plus tôt : une moquerie, même glissée dans une plaisanterie, creuse une blessure d'identité que l'autre porte bien après que les autres blessures se sont refermées.

Ibn Qayyim al-Jawziyyah distingue trois états de la parole : celle qui apporte du bien, celle qui cause du tort, et celle qui est neutre. Dans une dispute conjugale, une part effarante des mots échangés appartient à la deuxième catégorie, ils n'éclairent rien, ils enflamment. Le silence choisi, quand c'est la décision de prendre dix secondes plutôt que de répondre à chaud, n'est pas de la capitulation. C'est de la maîtrise.

Certaines postures changent radicalement l'effet d'une conversation difficile. Pas des règles à appliquer mécaniquement, des façons d'être qui, avec le temps, finissent par devenir naturelles.

Parler en *"je"* plutôt qu'en *"tu"*. *"Tu ne fais jamais rien dans cette maison"* : l'autre se lève pour se défendre. Rien n'avance. *"Je me sens seule dans la gestion du foyer et j'ai besoin de plus de soutien"* : là, l'autre peut entendre. Ces deux phrases portent exactement le même message. La première déclenche. La seconde ouvre. La différence tient à trois lettres.

Dans la même logique : nommer un comportement précis, pas l'identité de l'autre. *"Tu es égoïste"* attaque ce qu'il est, il ne peut que se défendre ou se fermer. *"Quand tu fais X, je ressens Y"* nomme un acte et son impact. Un acte, ça peut changer. Une identité, non.

Le moment compte autant que les mots, et souvent plus. La conversation qui a besoin d'être eue n'a pas lieu dans les premières minutes du retour au foyer, au cœur d'une dispute déjà lancée, devant les enfants, à minuit quand l'un des deux tient à peine debout. Elle a lieu quand les deux peuvent être vraiment présents, dans un espace tranquille, avec l'intention de se comprendre, pas de l'emporter.

L'écoute active est parmi les formes les plus concrètes du respect conjugal, et les moins pratiquées. Laisser l'autre aller jusqu'au bout sans l'interrompre. Ne pas

préparer sa réponse pendant qu'il parle encore. Et avant de répondre, reformuler ce qu'on a entendu : *"Si je comprends bien, tu te sens..."* Ce geste dit à l'autre quelque chose qu'on dit trop rarement : *"Ce que tu vis compte assez pour que je vérifie que je l'ai vraiment reçu."*

Une règle pour la nuit : ne pas aller dormir en guerre. Le Prophète ﷺ a dit : *"Ne coupez pas les liens et ne vous tournez pas le dos les uns aux autres." (Bukhari n°6076, Kitab al-Adab, l'application au cadre conjugal est une extension du sens général, conforme à l'esprit du texte)* Concrètement, ça peut suffire de dire avant de fermer les yeux : *"Je ne suis pas bien et j'ai besoin qu'on en parle demain, mais je ne suis pas en guerre contre toi."* Une phrase. Pas une réconciliation complète, juste un signal. Ce signal protège le foyer des rancœurs qui s'accumulent en silence et qui deviennent, avec le temps, des murs qu'on ne sait plus comment franchir.

Deux obstacles sabotent tout le reste, et ils méritent d'être nommés sans détour.

L'ego blessé qui prend la parole. Quand on se sent attaqué, même si l'autre n'en avait pas l'intention, le *Nafs al-Ammara* ne raisonne pas, il riposte. Il cherche à gagner, pas à comprendre. Dans cet état, aucune conversation constructive n'est possible. Le seul remède est la pause. Dix secondes. Une respiration. La question silencieuse : *"Est-ce mon Nafs qui parle, ou ma vraie pensée ?"* Dix secondes qui peuvent sauver une heure de dispute.

Le non-dit chronique. Certains couples ont construit une paix de façade autour du silence sur les sujets difficiles. Ils cohabitent sans friction apparente. Ils pensent que ça va. Mais les problèmes ne disparaissent pas, ils fermentent. Un jour, l'un des deux explose sur une broutille insignifiante. Ce n'est pas cette broutille qui parle. Ce sont des mois de silences accumulés, des besoins jamais formulés, des blessures laissées sans air. Parler sans ego demande du courage, pas une bravoure de théâtre, mais le courage ordinaire de nommer ce qui est difficile à nommer, avant que le silence ne soit lui-même devenu un mur.

La femme veut dire à son mari qu'elle se sent seule quand il passe ses soirées sur son téléphone.

Version ego : *"Tu passes ta vie sur ce téléphone. Je n'existe pas pour toi."* Il se défend, invoque sa fatigue, l'accuse d'exagérer. La dispute dure deux heures. La tension reste. Rien ne change, sinon que les deux sont maintenant épuisés d'avoir dit des choses qu'ils regrettent à moitié.

Version sans ego : *"Il y a quelque chose dont j'ai besoin de te parler. Le soir, quand tu es sur ton téléphone pendant qu'on est ensemble, je me sens distante de toi. Et la proximité avec toi m'importe vraiment. Est-ce qu'on pourrait trouver quelque chose ensemble ?"* Il entend sa femme. Pas une attaque, un besoin réel, formulé avec soin. Il propose qu'ils posent tous les deux leurs téléphones après le dîner. La conversation dure dix minutes. Quelque chose change.

La vérité était la même. La forme a tout décidé.

Le chapitre suivant explore la dimension la plus légère et la plus souvent négligée de la vie conjugale : le rire et la joie comme obligations islamiques dans le foyer.

CHAPITRE 20

Le Rire comme Devoir Conjugal

La légèreté comme pratique spirituelle

"Le Prophète plaisantait, mais ne disait que la vérité."

Tirmidhi n°1990, Kitab al-Birr wal-Sila, rapporté par Abu Hurayra (RA)

Il existe une image fausse du couple pieux musulman : sérieux, grave, toujours dans la réflexion spirituelle, évitant la légèreté comme si sourire trop fort était une forme d'insouciance envers Allah.

Cette image est non islamique. Elle est même anti-islamique.

Le Prophète ﷺ riait. Il plaisantait avec ses compagnons et avec ses épouses. Il courait avec Aïcha (RA) dans la ruelle de Médine, elle le battait à la course, et il riait. Il jouait avec les enfants. Il avait de l'humour, de la taquinerie, de la légèreté vraie, celle qui n'allège pas la foi mais l'habite. Par cet exemple, qui est la forme la plus haute d'enseignement, il a montré que la joie dans le foyer n'est pas une distraction de la spiritualité. Elle **est** de la spiritualité.

Aïcha (RA) a raconté que le Prophète ﷺ l'avait invitée à regarder une troupe de danseurs éthiopiens pendant une fête, en lui disant simplement : *"Continue à regarder si tu veux." (Bukhari n°950)* Il protégeait sa joie, pas ses besoins élémentaires, sa joie. Ce n'est pas la même chose. La joie d'une femme est une chose précieuse, pas un luxe à accorder quand les obligations sont remplies. Elle raconte aussi leur course dans la ruelle de Médine ; elle l'avait battu la première fois, et quand il l'avait emporté des années plus tard, il avait ri : *"Voilà pour la première fois !"* Ce couple avait une mémoire affectueuse de ses légèretés. C'était la Sunnah conjugale.

Sa plaisanterie n'était jamais au détriment de l'autre, jamais cruelle, jamais construite sur un mensonge. Elle rapprochait. Un jour, une vieille femme lui demanda s'il y aurait des vieilles femmes au paradis. Il répondit : *"Il n'y aura pas de vieilles femmes au paradis."* Elle fut troublée. Il ajouta en souriant : *"Car Allah les transformera en jeunes femmes."* Ce mouvement, soulever d'abord et réconcilier ensuite, c'est l'humour prophétique dans sa nature exacte.

Dans l'esprit de l'*Ihya*, Al-Ghazali enseigne que la *Mawaddah* active inclut les gestes qui font sourire l'autre, les mots qui allègent, les moments de légèreté partagée. Ils ne sont pas séparés de la piété. Ils en sont une expression directe.

Le rire dans le foyer accomplit des choses que rien d'autre ne peut faire.

Il désamorce l'ego. Le *Nafs al-Ammara* se prend très au sérieux, c'est sa nature. Le vrai rire, celui qui vient du fond, lui dit sans détour : *"La situation n'est pas aussi grave que tu le croyais."* Il crée une ouverture là où l'ego avait fermé la porte. Les couples qui peuvent rire d'eux-mêmes traversent les tensions autrement que ceux qui abordent chaque friction avec la gravité d'un tribunal.

Il construit une mémoire commune. Les moments de rire partagé deviennent des ancrages : *"tu te souviens quand..."* Avec les années, cette mémoire devient un patrimoine affectif qui tient le couple dans les périodes difficiles. Un foyer sans légèreté n'a pas de patrimoine affectif. Il a des souvenirs de gestion : de problèmes résolus, de décisions prises, d'obligations accomplies. Ce n'est pas un foyer. C'est une entreprise.

Et le rire est un signal de sécurité. On ne rit vraiment qu'avec les personnes avec lesquelles on se sent en sécurité. Le rire conjugal est donc un indicateur de la *Sakinah*, discret, mais précis. Un foyer où les époux ne rient plus ensemble a perdu quelque chose d'essentiel. Souvent sans que personne ne sache exactement quand ça s'est arrêté.

Le rire conjugal a ses règles, des règles qui protègent l'intimité de la blessure.

La première est simple : on rit *avec* l'autre, jamais *de* l'autre. La moquerie sur les défauts, le physique, les maladresses de son conjoint n'est pas de la plaisanterie. C'est

de la blessure déguisée. Chaque personne a des sujets sur lesquels elle ne peut pas plaisanter, son rapport à son corps, une honte ancienne, une insécurité profonde. Le conjoint les connaît. La plaisanterie saine les respecte. Elle ne cherche pas la faille pour s'y glisser. Elle cherche la lumière dans les choses ordinaires. Et quand la plaisanterie rate, ou quand la taquinerie est accueillie sans sourire, on peut s'en rire aussi. Être capable de recevoir avec grâce ce qu'on ne donne pas parfaitement, c'est peut-être la règle la plus difficile à tenir.

Le foyer sans rire : tout est sérieux. Les conversations portent sur les problèmes à résoudre, les décisions à prendre. Les époux se respectent formellement. Mais ils ne se cherchent plus. Ils cohabitent.

Le foyer avec rire : même si les défis sont les mêmes, il y a des éclats de rire. Un commentaire absurde sur quelque chose de quotidien. Un souvenir ressurgi qui les fait sourire. Une taquinerie affectueuse qui dit *"je te connais et j'aime ce que je connais."* Ces moments ne règlent rien. Ils font tenir tout le reste.

Le rire conjugal n'efface pas les problèmes. Il rappelle pourquoi ils valent la peine d'être traversés ensemble.

Le chapitre suivant aborde une des sources de tension les plus universelles dans les foyers musulmans : la gestion des beaux-parents et de la famille élargie, et comment maintenir les frontières du sanctuaire sans rompre les liens du sang.

CHAPITRE 21

Les Beaux-Parents

Hiérarchie des priorités et protection du sanctuaire

"Adorez Allah et ne Lui donnez aucun associé. Agissez avec bonté envers vos père et mère, les proches, les orphelins, les pauvres..."

Quran 4:36

L'Affirmation : La Sagesse

La question des beaux-parents est l'une des sources de conflit les plus universelles et les moins bien gérées dans les foyers musulmans.

Elle est universelle parce qu'elle touche à des loyautés profondes et légitimes, l'amour d'un fils pour sa mère, le respect d'une fille pour ses parents, la gratitude envers ceux qui ont élevé son conjoint. Ces sentiments sont réels, islamiquement valorisés, et ne demandent pas à disparaître.

Elle est mal gérée parce que personne n'a jamais établi clairement les frontières. Entre le respect dû aux parents et la souveraineté du foyer nucléaire. Entre la loyauté familiale et la priorité conjugale. Entre le devoir filial et le droit de l'épouse. On laisse tout coexister sans les nommer, et le foyer paie le prix de ce flou.

Ce chapitre établit ces frontières, avec clarté, avec tendresse pour toutes les parties, et avec les textes islamiques qui permettent de les tenir sans culpabilité.

La Preuve : Le Sacré

Le respect des parents : obligation coranique

Quran 17:23 : *"Ton Seigneur a décrété que vous n'adoriez que Lui, et que vous soyez bons envers vos parents."* Le respect des parents est immédiatement après l'adoration d'Allah dans la hiérarchie des obligations islamiques.

Ce respect ne disparaît pas après le mariage. L'homme doit honorer sa mère. La femme doit honorer ses parents. Ces devoirs sont permanents, le Nikah ne les efface pas, il les réorganise.

Mais le respect des parents et l'ingérence des parents dans le foyer nucléaire sont deux choses entièrement différentes. Le premier est une obligation islamique. Le second est une violation de la souveraineté du foyer conjugal. Cette distinction, beaucoup de familles ne l'ont jamais faite. Et c'est là que tout déraille.

La hiérarchie des priorités du mari

Le modèle islamique établit une pyramide de priorités pour l'homme. Dans la pratique culturelle, elle est presque toujours inversée.

Premier rang : le foyer nucléaire. L'épouse et les enfants. Ce sont les premières obligations de l'homme après Allah et Son Prophète ﷺ. Hadith : *"Il suffit comme péché à l'homme de négliger ceux dont il a la charge." (Abu Dawud n°1692, Kitab al-Zakat)*

Deuxième rang : les parents de l'épouse. Les parents de sa femme méritent de sa part une attention particulière et prioritaire. Cette position n'est pas un principe codifié dans le fiqh classique, c'est la logique profonde du modèle que ce livre propose, et elle est défendable pour une raison simple : sa femme a quitté sa maison, sa famille, son environnement pour venir vivre avec lui. C'est une *Hijra* conjugale. En la recevant, il a reçu aussi la responsabilité de la lignée qu'elle a quittée. Il leur doit, en retour, une protection, une présence et un soutien qui disent à sa femme : *"Tu n'as pas abandonné ta famille en m'épousant, tu l'as élargie à quelqu'un qui la prend en charge."* Dans les arbitrages pratiques du quotidien, visites, soutien, présence lors des difficultés, la famille de son épouse mérite d'être traitée avec cette conscience. Quand il rend visite à sa belle-mère, il ne vient pas en invité. Il voit ce qui a besoin d'être fait, il s'en occupe, sans qu'elle ait besoin de demander. Une posture de chevalier, pas une règle canonique.

Troisième rang : sa propre mère. Honorée, respectée, aimée, visitée régulièrement, soutenue selon ses besoins, elle est et reste sacrée. L'amour filial ne diminue pas. Mais dans la hiérarchie des responsabilités directes du foyer qu'il a fondé, son épouse est première. Sa mère lui a donné la vie, et ce don reste incommensurable. Son épouse a quitté sa famille pour le rejoindre, et ce geste crée une responsabilité immédiate et quotidienne. Ces deux réalités coexistent sans s'opposer : la mère est dans le cœur, l'épouse est dans le foyer.

Dans l'esprit de la jurisprudence islamique, les savants s'accordent que le foyer nucléaire est prioritaire sur les revendications familiales extérieures, y compris maternelles. L'essentiel de cet enseignement : les droits de la mère ne peuvent pas empiéter sur la paix du foyer conjugal.

Le cas de la belle-mère veuve : un devoir de cœur à part entière

La belle-mère veuve n'est pas une variante de la hiérarchie ci-dessus. C'est un cas distinct, qui dépasse la question des parents et qui crée chez l'homme un engagement moral d'une nature différente, plus urgent, plus concret, et fortement recommandé par les textes (*mustahabb* à rang élevé).

Quand le père de sa femme meurt, quelque chose change fondamentalement dans la structure familiale. La belle-mère n'est plus simplement "la mère de sa femme". Elle est devenue une veuve. Son *Wali* naturel est mort. Elle n'a plus d'homme entre elle et le monde, sauf lui.

Il ne choisit pas d'assumer cette responsabilité. Elle lui échoit, comme le deuil de son beau-père, comme la main tendue de sa femme le soir où elle pleure pour la première fois. Le Prophète ﷺ l'a formulé sans ambiguïté :

> *"Celui qui s'efforce de subvenir aux besoins de la veuve et du pauvre est comme celui qui lutte dans le sentier d'Allah."*

> ***Bukhari n°6006***

Ce hadith ne parle pas d'une bonne action facultative. Il place le service de la veuve au rang du jihad, l'acte par excellence d'engagement total pour Allah. La veuve de la lignée de sa femme, celle qui n'a que lui comme appui dans cette famille, est la veuve la plus proche de lui. Il n'a aucune raison de la laisser à quelqu'un d'autre.

Ce qu'il est appelé à assumer, concrètement

Si elle manque de quelque chose, il y pourvoit. Pas comme un cadeau que l'on accorde, comme un engagement moral envers une personne qu'il a reçue en responsabilité par la logique même du Nikah. La *Nafaqah* légale obligatoire concerne son épouse. Ce soutien-là est d'une autre nature : un devoir de cœur, *mustahabb* à rang élevé, dont le mérite est celui qu'évoque Bukhari n°6006.

Les démarches administratives, les rendez-vous médicaux, les problèmes pratiques qui nécessitent un homme, c'est lui qui les gère. Elle n'a pas à chercher ailleurs.

Pas les visites de politesse. Une présence qui dit clairement : *"Tu n'es pas seule."*

Elle n'est pas mise de côté parce qu'elle est veuve et âgée. Elle est intégrée dans les moments importants, les décisions qui la concernent, les événements familiaux, le quotidien.

Et puis il y a le ménage chez elle, sans qu'elle ait besoin de le dire. L'homme ne vient pas chez sa belle-mère veuve en attendant qu'elle lui signale ce qui doit être fait. Il vient et il regarde. Il voit ce qui a besoin d'être aspiré, ce qui traîne dans la cuisine, les poubelles qui débordent, la réparation en attente depuis des semaines. Il s'en occupe. Il ne demande pas la permission. Il sait qu'une femme qui vieillit seule n'a pas toujours les mots pour dire ses besoins, et qu'attendre qu'elle les formule, c'est déjà lui avoir manqué.

C'est là la différence entre l'homme qui vient en visiteur et l'homme qui vient en soutien. Le visiteur s'assied, prend le thé, repart. Le soutien enlève sa veste, demande où est le balai, et se met au travail avant le thé.

L'argent qu'il lui donne est un acte de soutien moral fortement recommandé, un devoir de cœur, pas la Nafaqah légale qui concerne son épouse. Le ménage qu'il fait

chez elle est encore autre chose, c'est de l'*Ihsan*, la bonté qui dépasse le minimum requis, celle qui ne se compte pas et qui ne s'annonce pas. Il ne vient pas lui rappeler ce qu'il a fait. Il vient faire.

L'intention qui ne varie pas

Ce service, dans son esprit, n'est pas soumis à l'humeur du moment ni aux pressions familiales. Le veuvage de sa belle-mère crée une responsabilité morale et spirituelle réelle, il est désormais le seul homme de cette famille proche à pouvoir être présent.

Un mot d'honnêteté : ce modèle ne demande pas un superman. Un homme avec un travail, un foyer, des enfants et sa propre mère à honorer ne peut pas tout faire en même temps. Ce qui ne s'adapte pas, c'est l'intention : ne jamais laisser sa belle-mère veuve dans l'abandon. La fréquence s'adapte aux forces. Un homme épuisé qui organise une visite hebdomadaire, qui anticipe sans qu'on lui demande, qui règle ce qui traîne quand il est là, cet homme est dans l'esprit du modèle. Il n'a pas besoin d'être parfait. Il a besoin d'être fiable.

L'homme qui vit cela ne le vit pas comme un fardeau. Il le vit comme une élévation.

La comparaison que l'homme doit nommer clairement

Il y a deux comparaisons que l'homme évite souvent parce qu'elles sont inconfortables. Ce modèle exige qu'il les fasse, intérieurement et, si nécessaire, extérieurement, parce qu'on ne peut pas vivre une hiérarchie qu'on n'a pas d'abord nommée.

L'épouse et la mère : qui prime dans le foyer

Ce qui suit est l'une des vérités les plus difficiles à entendre pour un homme qui aime sa mère. Ce n't pas un duel. C'est une question d'organisation.

Sa mère lui a donné la vie. Ce fait est immense, irréversible, et justifie un amour et une gratitude permanents. Le Quran y consacre des versets. Le Prophète ﷺ y revient à plusieurs reprises. Cet amour n'est pas en discussion.

Mais dans la hiérarchie du foyer, dans les décisions concrètes, dans les priorités quotidiennes, dans la question de qui vient en premier quand les deux entrent en conflit, son épouse prime. Sans ambiguïté. Sans exception à l'intérieur des murs.

Sa mère lui a donné son passé. Son épouse est son présent et son pacte devant Allah. Le *mithaqan ghaliza* du *Quran 4:21*, ce pacte solennel qu'il a contracté devant Allah et devant les hommes, n'est pas un lien parmi d'autres. C'est le lien fondateur de son foyer, la structure qui définit qui il est maintenant.

Dans la hiérarchie *du foyer*, son épouse est première. Ce n't pas une déclaration contre sa mère, c'est la définition de ce qu'il a bâti le jour du Nikah. Ces deux réalités coexistent parce qu'elles n'occupent pas le même espace.

L'homme qui comprend cela ne le cache pas. Il ne l'euphémise pas. S'il doit un jour le dire à sa mère, avec amour, avec calme, sans brutalité, il le dit : *"Ma femme vient en premier dans mon foyer."* Et il est en paix avec cela. Pas en culpabilité. En paix.

La belle-mère veuve et la mère : deux natures de devoir différentes

Cette comparaison est la plus difficile. Elle touche au réflexe le plus profond : *ma mère est ma mère*.

La réponse est simple, mais elle demande à être dite sans détour.

Envers sa propre mère, il a une obligation d'amour et de respect, permanente, islamiquement établie, réelle. Envers sa belle-mère veuve, il a un devoir de cœur et de protection, d'une nature différente, plus urgente, plus concrète. Ce n't pas une obligation légale du même rang que la *Nafaqah* de l'épouse. C'est un engagement moral que l'homme de bien reconnaît de lui-même, sans qu'on ait besoin de le lui imposer.

La différence tient là. Sa mère peut être aimée à distance, elle a d'autres proches, un réseau même imparfait. La belle-mère veuve n'a que lui dans cette famille. Son mari est mort. Elle n'a plus de *Wali* naturel. S'il n'est pas là, il n'y a personne.

Ce n't donc pas une question de qui il aime le plus. C'est une question de qui a besoin de lui d'une façon que personne d'autre ne peut combler. Et cette question a une

réponse claire dans l'esprit des textes.

L'homme ne choisit pas ça. Il l'accepte, et il comprend ce que cela vaut.

Ce que l'homme dit à sa mère quand elle ne comprend pas

Il ne lui dit pas qu'elle compte moins. Il lui dit la vérité :

> *"Je t'aime, et je suis là pour toi. Et la mère de ma femme est seule depuis que son mari est mort. Je lui dois ma présence, c'est un devoir de cœur, pas un choix que je peux esquiver. Ce n't pas contre toi. C'est pour elle."*

Sa mère qui connaît l'Islam connaît *Bukhari n°6006*. Et si elle ne le connaît pas, son fils lui explique, et il tient sa position avec fermeté et tendresse. Il ne la blesse pas. Mais il ne cède pas non plus.

La séparation du foyer conjugal : une priorité islamique

Le Prophète ﷺ a dit : *"Ne faites pas de tort aux femmes." (Muslim n°1218)* L'une des formes de tort les plus répandues dans les foyers musulmans est l'ingérence de la belle-famille dans la vie privée du couple.

L'Islam a établi le foyer conjugal comme un espace souverain et distinct. Quand un homme se marie, il fonde un nouveau foyer, qui n't pas une extension de la maison de ses parents. Sa femme y est Reine, non servante de la belle-mère.

Les frontières du sanctuaire

Ce que les beaux-parents peuvent attendre

Les visites régulières et affectueuses. L'homme rend visite à ses parents. La femme reçoit les visites des siens. Ces visites sont des actes de piété, elles maintiennent les liens de sang que l'Islam valorise.

Le soutien matériel si nécessaire. Si les parents sont dans le besoin, l'homme les soutient financièrement selon ses moyens. La femme peut choisir de soutenir les siens avec son propre argent.

Le respect et la considération. Les beaux-parents sont reçus avec hospitalité, traités avec bienveillance, inclus dans les moments familiaux importants.

Ce que les beaux-parents ne peuvent pas attendre

L'ingérence dans les décisions du couple. Le choix du logement, l'éducation des enfants, la gestion du budget, l'organisation du foyer, ces décisions appartiennent au couple, pas à leurs parents. Un parent qui s'impose dans ces décisions, même avec les meilleures intentions, viole la souveraineté du foyer nucléaire.

La cohabitation non consentie. Une belle-mère ne peut pas exiger de vivre dans le foyer conjugal si la femme ne le souhaite pas. Elle a le droit à un logement séparé et le droit d'y être visitée régulièrement, pas le droit d'occuper la maison de sa belle-fille.

La priorité sur l'épouse. L'homme qui choisit systématiquement sa mère contre sa femme, ses opinions, ses préférences, ses demandes, a mal compris la hiérarchie islamique des priorités. Ce n't pas du respect filial, c'est une priorité mal ordonnée, qui se reconnaît et qui se corrige.

Le cas le plus difficile : la mère du mari

Le conflit entre belle-mère et belle-fille est l'un des plus anciens et des plus complexes de la vie familiale. Ce chapitre ne prétend pas le résoudre en quelques pages. Mais il pose des principes clairs.

Principe 1 : La mère du mari est honorée, pas obéie, et elle arrive après l'épouse.

Le mari honore sa mère, sincèrement, généreusement, avec amour. Mais il ne lui obéit pas quand elle lui demande d'agir contre les droits de sa femme. Quand les deux entrent en conflit, même pour quelque chose de mineur, son épouse prime. L'homme doit pouvoir dire à sa mère, avec respect et fermeté : *"Ma femme vient en premier."* Et le vivre, pas seulement le penser.

Principe 2 : L'homme est le tampon, pas l'arbitre.

Quand il y a un conflit entre sa mère et sa femme, l'homme ne prend pas parti. Il protège sa femme des pressions de sa propre famille, et il protège ses parents d'une tension qui ne les concerne pas directement. Il est le tampon, celui qui absorbe, qui traduit, qui apaise, non l'arbitre qui donne raison à l'une contre l'autre.

Principe 3 : Le foyer conjugal est fermé aux disputes familiales.

Ce qui se passe entre la belle-mère et la bru ne rentre pas dans le foyer conjugal. L'homme ne rentre pas chez lui pour rapporter les griefs de sa mère à sa femme. La femme ne déverse pas ses frustrations avec sa belle-mère sur son mari au moment du repas. Ces conversations ont leur place, mais pas dans l'atmosphère quotidienne du foyer.

L'Illustration : La Vie

Quand la belle-mère appelle tous les jours

La belle-mère appelle son fils tous les jours. Elle lui parle longuement. Elle lui pose des questions sur sa vie conjugale, commente les décisions du couple, exprime ses opinions sur la façon dont sa bru gère le foyer.

Un fils qui transmet tout à sa femme, *"Ma mère pense que tu devrais..."*, a ouvert la porte à quelqu'un qui n'avait pas à entrer. La femme se sent envahie, jugée, défaillante. Le conflit s'installe entre les époux. Pas parce que la belle-mère est mauvaise. Parce que son fils n'a pas été le tampon.

La bonne gestion est plus simple qu'on ne le croit. Le fils est chaleureux avec sa mère. Il lui parle de leur relation directe. Quand elle commente la vie conjugale, il répond simplement : *"Nous gérons bien, merci."* Et il ne transmet pas. Sa femme ne sait pas ce que sa belle-mère dit, et n'a pas à le savoir. Le foyer reste souverain, non parce qu'on en a repoussé les limites avec violence, mais parce qu'un homme a choisi de les tenir avec calme.

3 Choses à Faire Cette Semaine

Pour l'homme :

1. Évaluer honnêtement : dans votre foyer, qui vient en premier, les besoins de votre femme ou les demandes de vos parents ? Si la réponse vous trouble, ce chapitre est votre point de travail principal.
2. Identifier un moment où vous avez agi comme transmetteur de tensions familiales dans votre foyer, en rapportant des commentaires ou des griefs qui auraient pu être filtrés. Décider de ne plus jouer ce rôle.
3. Prendre un moment cette semaine pour vérifier avec votre femme : *"Est-ce que tu te sens respectée dans ta place dans cette famille ? Est-ce que le foyer est protégé des ingérences extérieures ?"*

Pour la femme :

1. Distinguer ce qui relève d'une tension normale d'ajustement avec les beaux-parents, inhérente à toute vie familiale, et ce qui constitue une vraie ingérence qui viole la souveraineté de votre foyer. Ces deux choses demandent des réponses différentes.
2. Si vous souhaitez que votre mari joue mieux son rôle de tampon, lui expliquer concrètement ce que vous attendez, non pas qu'il rejette sa famille, mais qu'il protège votre espace conjugal.
3. Évaluer honnêtement votre propre façon de partager les tensions familiales avec votre mari : lui remontez-vous chaque friction avec la belle-famille, ou filtrez-vous ce qui peut l'être ? La protection du foyer est un travail à deux : lui est le tampon vers l'extérieur, vous êtes la gardienne de l'atmosphère intérieure. Un foyer souverain commence par ne pas importer les conflits qu'on peut absorber seul.

Le chapitre suivant aborde le sujet le plus sensible de ce livre en matière de droit conjugal islamique : la polygamie, ses conditions, sa réalité contemporaine et la sagesse du renoncement.

CHAPITRE 22

La Polygamie

Responsabilité, équité et sagesse du renoncement

"Si vous craignez de ne pas être équitables, n'en épousez qu'une seule."

Quran 4:3

Ce chapitre exige une honnêteté totale, sans idéalisation ni tabou.

La polygamie est une permission islamique. Elle est mentionnée dans le Quran, elle a été pratiquée par des compagnons du Prophète ﷺ, et la jurisprudence islamique l'encadre de façon précise. Ce livre ne la rejette pas. Il ne prétend pas qu'elle est interdite.

Il dit quelque chose de plus nuancé et de plus exigeant. La polygamie est une **permission conditionnelle**, réservée à des cas précis, soumise à des conditions si strictes que la grande majorité des hommes ne les remplissent pas. Et pour ceux qui les remplissent, la sagesse et la noblesse consistent souvent à choisir de ne pas l'exercer. Ce chapitre dit aussi quelque chose que peu de textes islamiques populaires ont le courage de dire : **le verset 4:129 est au moins aussi important que le verset 4:3**, et ce second verset dit que l'équité totale entre épouses est **impossible**.

Le verset 4:3 est souvent cité pour ses permissions. Il mérite d'être lu pour ses conditions.

"Si vous craignez de ne pas être équitables envers les orphelines, épousez d'autres femmes qui vous plaisent, deux, trois ou quatre. Mais si vous craignez de ne pas être équitables, alors une seule." Le verset répond à une situation précise dans l'Islam naissant ; ce n't pas un encouragement général à la polygamie, c'est une solution à un problème social spécifique. Et sa clause de sortie est sans ambiguïté : *"si vous*

craignez de ne pas être équitables, alors une seule". Le verset lui-même oriente vers la monogamie comme norme pratique pour quiconque a le moindre doute sur sa capacité à être juste.

Le verset 4:129, rarement cité dans les discussions populaires, dit : *"Vous ne pouvez jamais être équitables entre vos femmes, même si vous le voulez ardemment."* Ibn Ashur (*Maqasid al-Shariah*) commente : ce verset ne contredit pas le 4:3, il le précise. Il dit que l'équité **matérielle** peut être visée, mais que l'équité **émotionnelle**, l'amour, le désir, l'attachement, est impossible. Et cette impossibilité fait de la polygamie une charge immense plutôt qu'un privilège.

Al-Qaradawi tire la conclusion qui s'impose : la polygamie est une *rukhsa*, une dérogation accordée pour des cas de nécessité, non une Sunnah à pratiquer ou un droit à exercer par désir. *(Notons que d'autres savants classiques, notamment de l'école Hanéfite, considèrent la polygamie comme un acte simplement licite,* mubah*, sans la qualifier de rukhsa impliquant une nécessité. Al-Qaradawi est cité ici comme représentant d'une lecture contemporaine majeure et rigoureuse.)*

La jurisprudence islamique établit des conditions que tout homme doit remplir **simultanément** avant d'envisager une seconde union.

La capacité financière complète : subvenir aux besoins de deux foyers sans défaillance pour aucun des deux. Pas "je pense pouvoir m'en sortir" : une capacité réelle et prouvée, pas une projection optimiste. La maîtrise parfaite de ses obligations actuelles : l'homme qui n't pas encore un bon mari pour une femme ne peut pas prétendre l'être pour deux. L'équité dans le temps et les dépenses : une nuit sur deux, des dépenses équivalentes, un traitement digne pour chacune. L'absence d'injustice envers la première épouse : si la polygamie détruit le premier foyer, elle n't pas une permission, c'est un *Dhulm*. Et la prise en compte de l'avis de son épouse : bien qu'elle ne puisse pas légalement interdire ce qu'Allah a autorisé, son évaluation de la maîtrise des obligations par son mari est une vérité que lui seul peut ignorer.

Il est souvent plus noble et plus sage pour un homme de **renoncer** à la polygamie que de l'exercer.

Un foyer d'Excellence prend des années à construire. La *Sakinah* entre les époux, la confiance, la profondeur de la relation, tout cela est fragile. Une polygamie, même légalement encadrée, bouleverse ce premier sanctuaire de façon souvent irréversible. Préserver ce qu'on a bâti est une sagesse que la tradition islamique valorise.

L'homme qui renonce à la polygamie par respect pour sa femme et par amour pour leur foyer transforme sa femme en alliée inconditionnelle. Il lui dit, sans mots : *"Je pourrais, et je choisis de ne pas."* Ce choix crée une loyauté et une dévotion d'une qualité que rien d'autre ne peut produire.

Al-Qaradawi le dit clairement : l'homme qui consulte sa femme et suit son avis dans cette question, non pas parce qu'il y est légalement contraint, mais par respect de son cœur, élève son rang moral. Son autorité dans le foyer grandit, paradoxalement, par ce renoncement.

Choisir l'harmonie plutôt qu'un droit légal attire la *Barakah* sur le couple. Ce n't pas une promesse naïve, c'est un principe que beaucoup de couples ont expérimenté : les foyers où l'homme a choisi la monogamie par amour et par noblesse sont souvent les foyers les plus stables et les plus épanouis.

Un mot, enfin, pour la femme.

En droit islamique classique, la femme ne peut pas légalement *interdire* ce qu'Allah a permis. Elle peut toutefois inscrire une clause dans le contrat de mariage qui stipule que son mari ne prendra pas d'autre épouse sans son accord, et si cette clause est violée, elle a droit à un divorce compensé. Elle peut exprimer son avis clairement, et un mari d'Excellence l'entend et en tient compte. Elle peut évaluer si son mari remplit toutes les conditions, et si elle juge qu'il n't pas à la hauteur de ses obligations actuelles, elle peut le lui dire avec les arguments de ce chapitre.

Ce qu'elle ne peut pas faire légalement, c'est forcer un renoncement définitif sans clause contractuelle. Ce qu'elle peut faire, et c'est l'un des investissements les plus nobles qu'un couple puisse faire ensemble, c'est construire un foyer si épanoui, une relation si riche, une alliance si profonde que la question de la polygamie ne se pose pas. Ce n't pas sa responsabilité exclusive : c'est leur œuvre commune. L'homme qui

porte vraiment ce modèle de chevalerie et de service n'a ni le temps ni le désir de chercher ailleurs.

Un homme réussit professionnellement. Il pourrait, financièrement, envisager une seconde union. Sa femme lui a confié ses peurs à ce sujet, honnêtement, sans manipulation. Il réfléchit. Il consulte sa conscience et ses textes. Et il dit : *"J'ai bâti quelque chose avec toi sur des années. La confiance que tu m'as accordée est plus précieuse que n'importe quel droit légal. Je choisis ce que nous avons."* Ce n't pas de la faiblesse. C'est l'*Ihsan* dans sa forme la plus haute : choisir l'excellence sur la permission, la beauté sur le droit, l'alliance sur la liberté.

Le chapitre suivant aborde l'acte qui renouvelle le foyer après chaque blessure : le pardon, non pas comme sentiment, mais comme protocole structuré.

CHAPITRE 23

Le Protocole du Pardon

La réparation comme condition du pardon réel

"Celui qui pardonne et se réconcilie, sa récompense incombe à Allah."

Quran 42:43

L'Affirmation : La Sagesse

Le pardon est l'un des mots les plus utilisés et les moins compris de la vie conjugale.

On croit pardonner. On dit *"c'est pardonné"*. Et pourtant, lors du conflit suivant, la même faute ressurface, comme une pièce à conviction qu'on avait rangée dans un tiroir, pas jetée. Ce n'est pas du pardon. C'est du stockage.

Le pardon véritable n'est pas un sentiment. C'est une décision, suivie d'actes. Sans structure, sans réparation, la blessure reste ouverte même quand les mots ont été prononcés. On a dit les mots, mais rien ne tient derrière.

Ce chapitre distingue le pardon de façade du pardon réel, et propose un protocole en deux niveaux selon la gravité de la blessure. Un protocole ancré dans la tradition islamique de la *Islah*, la réforme, et de la *Tawba*, le repentir.

La Preuve : Le Sacré

Le pardon comme vertu suprême : Quran 42:43

"Celui qui pardonne et se réconcilie, sa récompense incombe à Allah." Ce verset place le pardon au niveau des actes les plus élevés, directement récompensés par Allah, sans intermédiaire.

Mais le même chapitre du Quran (42:40) précise : *"La sanction d'une mauvaise action est une mauvaise action équivalente. Mais celui qui pardonne et se réconcilie, sa récompense incombe à Allah."* Le pardon n'est pas obligatoire. Il est le choix le plus noble. Celui qui choisit la sanction juste n'est pas condamné. Celui qui choisit le pardon est élevé.

La force dans la maîtrise : Bukhari n°6114

"Le fort n'est pas celui qui terrasse les autres. Le fort est celui qui se maîtrise dans la colère."

Ce hadith est la définition islamique de la vraie force dans le conflit conjugal. L'homme ou la femme qui peut être blessé(e) profondément et choisir, malgré tout, de ne pas employer la force destructrice en retour, mais de chercher la réparation et le pardon, est dans la position de force que ce hadith décrit.

La *Islah* : réforme comme condition du pardon

Quran 42:40 et sa suite indiquent que le pardon véritable s'accompagne de *Islah*, réforme, correction, changement réel. Un pardon sans réforme est une porte ouverte à la récidive. Il ne guérit pas, il reporte.

La tradition islamique du repentir (*Tawba*) inclut trois conditions inséparables :

1. **Reconnaître la faute** (*Al-I'tiraf*) : sans minimiser, sans conditions, sans justifications
2. **Regretter sincèrement** (*Al-Nadam*) : pas pour les conséquences, mais pour l'acte lui-même
3. **Ne pas recommencer** (*Al-'Azm*) : accompagné d'un acte concret de réparation

Ces trois conditions s'appliquent au repentir envers Allah. Al-Ghazali (*Ihya*) les transpose au repentir envers un être humain : le conjoint blessé a le même droit à ces trois actes.

Le pardon n'ouvre pas à la récidive : Al-Ghazali

Dans l'esprit de son *Ihya*, Al-Ghazali enseigne que le pardon sans acte de réparation est une porte ouverte à la récidive. Le fautif qui n'a rien à accomplir concrètement n'a pas vraiment mesuré la gravité de sa faute.

Un pardon qui ne coûte rien à celui qui le reçoit n'est pas vraiment reçu. Il est consommé. Comme un crédit qu'on dépense sans compter parce qu'on sait qu'il sera renouvelé.

Les deux niveaux du protocole

La gravité de la blessure détermine le protocole. Deux niveaux, deux façons de réparer.

Niveau 1 : Le protocole de proximité (blessures courantes)

Pour les frictions ordinaires : un mot blessant, une promesse non tenue, une négligence passagère, un manque d'attention.

Étape 1 : La reconnaissance.

Face à face, dans un moment calme. Le fautif reconnaît la faute, sans "mais", sans conditions, sans explication qui dilue la faute. *"J'ai dit quelque chose de blessant ce soir. C'était injuste."* Pas : *"J'ai dit quelque chose de blessant, mais tu avais commencé en..."*

Étape 2 : L'expression du regret.

Un mot sincère. Pas de formule creuse. Quelque chose de spécifique : *"Je regrette de t'avoir parlé ainsi. Tu méritais mieux."*

Étape 3 : Le scellement.

Un geste physique qui marque le retour, une main tendue, un baiser sur le front, une étreinte. Le corps dit ce que les mots ont préparé. La connexion est restaurée physiquement.

Étape 4 : La règle du silence.

Une fois le pardon accordé et le protocole accompli, la faute est close. Elle ne sera pas ressortie lors du prochain conflit. Elle ne sera pas mentionnée aux amis ou à la famille. Le dossier est fermé.

Niveau 2 : Le protocole de profondeur (blessures graves)

Pour les blessures sérieuses : la trahison d'une confidence, un mensonge prémédité, une humiliation publique, un manquement grave et répété à une obligation.

Le principe est simple : c'est celui qui a blessé qui vient, pas l'inverse. Il ou elle se place devant l'autre, bas. L'autre est assis(e). Cette asymétrie dit sans ambiguïté ce qui s'est passé : c'est celui qui a créé la distance qui doit la réduire en s'abaissant.

Étape 1 : La posture d'humilité.

Le fautif vient vers l'autre. Il est bas, non par humiliation subie, mais par humilité choisie. Face à l'autre, à sa hauteur ou plus bas. Il ne se tient pas debout en train d'expliquer. Il est en bas, et il dit la vérité.

Al-Ghazali enseigne que s'humilier pour Allah élève le croyant : la posture basse désarme l'orgueil. *"Quiconque s'humilie pour Allah, Allah l'élèvera." (Muslim n°2588)* Pour l'homme qui demande pardon à sa femme, cette posture peut aller jusqu'à ses pieds, s'agenouiller vers elle, s'incliner bas. Ce geste dit ce que les mots ne disent pas seuls. Ce n'est pas une faiblesse. C'est l'homme qui a compris où se trouve la hauteur réelle.

Étape 2 : L'aveu complet.

Reconnaissance totale de la faute, dans ses détails, sans minimiser, sans version arrangée. Ce qu'on a fait. Pourquoi c'était une faute. Sans "mais".

Étape 3 : La liberté de celui qui pardonne.

Le pardon ne peut pas être exigé. L'autre prend le temps qu'il lui faut. Une heure, un jour, plusieurs jours. Le fautif attend sans presser, sans réclamer, sans revenir à la charge. Cette attente dit plus que n'importe quel discours.

Étape 4 : L'acte de réparation.

Quand le pardon est accordé, celui qui pardonne a le droit de nommer ce qu'il veut que l'autre accomplisse, un acte concret, proportionnel à la blessure. L'autre l'accepte sans négocier. C'est lui ou elle qui fixe les termes.

Étape 5 : Le scellement.

Un geste clôt ce qui vient de s'ouvrir. Le corps confirme ce que les mots ont commencé.

Ce protocole ne garantit pas le fond, il l'initie. Il vaut par ce qui suit, pas par la beauté du moment. Celui qui le vit avec sincérité et recommence est dans le chemin. Celui qui l'utilise pour calmer sans changer est hors-modèle. La mesure réelle : la répétition de l'effort sur la durée, pas la perfection d'un instant.

La récompense de ceux qui choisissent la réparation

Ce que ce protocole accomplit dépasse le foyer. L'homme qui descend vers sa femme pour lui demander pardon, sincèrement, sans calcul, s'humilie pour Allah autant que pour elle. Allah aime cet acte. Il l'élève en retour. La femme qui choisit de pardonner une blessure réelle, qui ouvre son cœur alors qu'elle aurait eu le droit de fermer, elle aussi pose un acte que Allah récompense directement : *"Celui qui pardonne et se réconcilie, sa récompense incombe à Allah." (Quran 42:43)* Pas à son mari. Pas à la société. À Allah.

Les deux ensemble, celui qui revient et celle qui reçoit, ou l'inverse, font de leur foyer un lieu où la miséricorde est réelle. Pas seulement dite. Vécue. C'est l'un des actes les plus élevés que deux époux puissent accomplir. Et il se passe dans l'intimité, sans témoin, sans applaudissement. Sauf un.

Ce que le pardon ne signifie pas

Le pardon ne signifie pas oublier immédiatement

La blessure profonde laisse une trace, c'est humain. Le pardon ne supprime pas la trace. Il dit : *"Je choisis de ne pas laisser cette trace gouverner notre avenir."* La guérison prend du temps. Le pardon est la décision qui ouvre le temps de la guérison.

Le pardon ne signifie pas exposer son foyer à la récidive

Si un comportement se répète systématiquement, malgré les protocoles, malgré les réparations, malgré les promesses, il faut nommer ce fait. Le pardon n'est pas une obligation de tolérance infinie. Il y a des situations où la sagesse commande de chercher une médiation extérieure *(Quran 4:35)* ou de reconsidérer l'architecture du foyer.

Le pardon ne signifie pas que tout est réparé en une journée

Certaines blessures demandent des semaines ou des mois de reconstruction. Le fautif doit maintenir ses efforts de réparation dans la durée, non pas seulement accomplir un geste et considérer que tout est réglé. La reconstruction de la confiance est un processus, pas un événement.

L'Illustration : La Vie

La scène de la réconciliation

Il a dit quelque chose qu'il n'aurait pas dû, quelque chose qu'elle lui avait confié, retourné contre elle dans la tension d'une dispute. Elle a fermé.

Le lendemain. Elle est assise. Il s'agenouille devant elle. *"Ce que j'ai dit hier était une trahison de ta confiance. J'en ai fait une arme. Je le sais."*

Il reste là. Il attend.

Elle : *"J'ai besoin de temps."*

Il se lève. Il ne la presse pas. Dans les jours qui suivent, il est présent, attentif, sans ramener la dispute. Il attend.

Quand elle revient : *"Je pardonne. Mais ça va prendre du temps à guérir. Je veux que tu ne recommences pas."*

"Je comprends. Je m'engage."

La blessure n'est pas fermée. Le chemin de guérison est ouvert.

3 Choses à Faire Cette Semaine

Pour les deux époux :

1. Identifier une blessure dans votre foyer qui n'a pas été vraiment pardonnée, qui a été rangée dans un tiroir et qui ressort lors des disputes. Évaluer si cette blessure mérite le protocole de profondeur et si vous êtes prêt(e) à l'entreprendre.
2. Pratiquer la règle du silence sur une faute pardonnée. Cette semaine, si vous êtes tenté(e) de ressortir une faute passée lors d'un désaccord, remarquer cette tentation et y résister consciemment. Observer l'effet sur la qualité de la dispute.
3. Relire Quran 42:43 et Bukhari n°6114. Se demander : *"À quel point suis-je capable de vraiment pardonner, de fermer le dossier sans y revenir ?"* La réponse honnête identifie le travail intérieur à accomplir.

La Partie VI entre dans les outils de construction et de protection : comment bâtir le foyer avant et pendant.

PARTIE VI : BÂTIR ET PROTÉGER

CHAPITRE 24

Le Filtrage Pré-Conjugal

Tester avant de s'engager : avec assurance royale

"Quand quelqu'un dont vous agréez la religion et le caractère vous demande votre fille en mariage, mariez-les. Si vous ne le faites pas, il y aura fitna sur terre et grande corruption."

Tirmidhi n°1084

La plupart des problèmes conjugaux ont une origine pré-conjugale.

Deux personnes se sont mariées sans se connaître vraiment. Elles ont vu la surface, l'apparence, le revenu, la famille, la religiosité de façade, mais n'ont pas sondé l'essentiel : le caractère, les valeurs profondes, la maturité émotionnelle, la vision du foyer, la façon de gérer le conflit. Le mariage révèle ensuite ce que les entretiens préconjugaux n'ont pas vu. Et les deux se retrouvent à gérer des incompatibilités fondamentales qu'un filtrage sérieux aurait identifiées, parfois dès la première heure.

Le Prophète ﷺ a établi le critère central : *"La femme se marie pour quatre raisons : sa fortune, sa lignée, sa beauté et sa religion. Choisis celle qui est pieuse, tu y gagneras." (Bukhari n°5090)* Ce hadith n'interdit pas de considérer les autres critères, il établit une hiérarchie. La piété et le caractère sont le critère décisif. La fortune peut disparaître, la beauté se faner, la lignée devenir un fardeau, mais la piété oriente les comportements dans la durée. Et Tirmidhi n°1084 précise : c'est la religion **et le caractère** (*al-dîn wal-khulq*), les deux ensemble. Un homme peut avoir la forme de la piété sans le caractère, et vice versa.

Ibn Qudamah établit clairement que l'Islam permet, et même encourage, que les futurs époux se voient avant l'engagement, dans un cadre approprié, afin de prendre une décision éclairée. Le Prophète ﷺ a dit : *"Quand l'un de vous veut épouser une*

femme, qu'il la regarde." (Ahmad, Abu Dawud n°2082) Ce droit de regard mutuel s'étend à des entretiens suffisamment approfondis pour évaluer les valeurs, les projets et le caractère de l'autre.

Ce questionnaire n'est pas un interrogatoire. C'est une exploration, conduite sur plusieurs entretiens, dans un cadre respectueux.

La vision du foyer est le premier terrain à défricher. Comment envisage-t-il la répartition des tâches ? Qui prend les décisions financières dans son modèle ? Quelle place donne-t-il à la famille de chacun dans la vie quotidienne ? Qu'est-ce qui est non-négociable pour lui dans un foyer ? Ce qu'on cherche n'est pas des réponses parfaites, mais une compatibilité réelle et une honnêteté dans l'expression de sa vision.

La maturité émotionnelle se mesure autrement. Comment réagit-il quand il est en désaccord avec quelqu'un qu'il aime ? Qu'est-ce qui le met le plus facilement en colère, et qu'est-ce qu'il en fait ? Lui demander de raconter un conflit avec quelqu'un de proche, et comment il l'a géré. Ce qu'on cherche : la capacité à nommer ses émotions, à prendre sa part de responsabilité. Une personne qui ne peut pas citer un conflit dans lequel elle a eu tort est un signal d'alerte. Pas un manque de piété, un manque de conscience de soi.

La pratique spirituelle réelle, pas la version idéale. Quelle est sa relation avec la prière dans sa vie quotidienne, pas en théorie, mais réellement ? Qu'est-ce que l'Islam change concrètement dans ses décisions ? Comment gère-t-il les moments où il n'est pas à la hauteur de ses valeurs ? Ce qu'on cherche : l'honnêteté sur sa pratique, pas la perfection. Quelqu'un qui présente une image irréprochable de lui-même sur ce sujet cache probablement quelque chose.

Les attentes pratiques, les finances surtout. Est-il prêt à transférer son salaire directement sur le compte de sa femme ? Des dettes, des obligations financières envers sa famille ? Où veut-il vivre, serait-il prêt à déménager ? Les surprises financières après le mariage sont parmi les causes les plus fréquentes de conflits. Il vaut infiniment mieux les connaître avant.

Et puis il y a ce qui ne se demande pas, ce qui s'observe. Comment parle-t-il de ses relations passées ? S'il n'évoque que des personnes qui lui ont fait du tort, c'est un signal. Comment traite-t-il les personnes en position inférieure : serveurs, employés, personnes dans le besoin ? Comment parle-t-il de sa mère, car cela préfigure souvent la façon dont il parlera de sa femme. Comment réagit-il à une contrariété imprévue ? Est-il ponctuel, tient-il ses petits engagements ? La façon dont on tient les petites promesses préfigure exactement la façon dont on tient les grandes.

Certains comportements, s'ils apparaissent pendant le filtrage, doivent être pris au sérieux, et non rationalisés.

La précipitation excessive : un prétendant qui veut accélérer le processus, qui trouve les entretiens multiples "trop", qui pousse à une décision rapide. La précipitation masque presque toujours quelque chose qu'on ne veut pas que l'autre ait le temps de voir.

L'incapacité à répondre honnêtement aux questions difficiles : esquiver, généraliser, changer de sujet, répondre par des platitudes spirituelles sans jamais répondre vraiment. Ce n'est pas de la pudeur. C'est de l'évitement, et l'évitement en entretien préconjugal annonce l'évitement dans le mariage.

La réaction défensive aux questions légitimes : un prétendant qui vit les questions de filtrage comme des attaques à sa dignité révèle une fragilité d'ego qui sera problématique dans le mariage. Un homme solide n'a pas peur d'être questionné.

La pression sur le *Wali* : un prétendant qui tente de contourner ou d'affaiblir ce rôle, en contactant directement la jeune femme seule ou en essayant de l'isoler de sa famille, révèle une intention de contrôle. Ce qu'il commence avant le mariage, il le continuera après.

Une femme reçoit un prétendant en présence de son frère. Elle a préparé ses questions. Elle les pose calmement, directement, sans s'excuser de leur sérieux. Il répond bien aux premières questions. Puis elle lui demande : *"Comment envisages-tu la répartition des tâches domestiques ?"* Il répond en souriant : *"Évidemment, c'est la femme qui gère la maison."* Elle dit : *"Ce n'est pas ma vision. Je peux t'expliquer ce*

que la jurisprudence islamique dit à ce sujet si tu le souhaites." Il se raidit légèrement. Il dit que c'est la tradition. Elle maintient sa position. Il dit qu'elle est "trop moderne". Elle répond : *"Je m'appuie sur Al-Nawawi et Ibn Qudamah. Si tu considères ces savants comme 'trop modernes', nous avons une incompatibilité réelle."*

L'entretien se termine. Le prétendant ne reviendra pas. Elle n'est pas troublée. Elle vient d'éviter des années de conflit.

Avant tout engagement, établir sa liste de non-négociables, les trois à cinq points sur lesquels aucune compromission n'est possible. Les écrire avant les entretiens, pour ne pas les oublier sous l'effet de l'enthousiasme. Prévoir au moins trois entretiens avant toute décision. Et consulter au moins une personne de confiance qui connaît le prétendant dans un contexte naturel. Ce que les proches voient est souvent ce que l'intéressé ne montre pas devant la personne qu'il cherche à convaincre.

Le chapitre suivant transforme les accords trouvés lors du filtrage en engagements légaux et sacrés : le contrat de mariage comme acte d'adoration.

CHAPITRE 25

Le Contrat de Mariage

Un pacte solennel devant Allah

"Les conditions les plus dignes d'être remplies sont celles par lesquelles vous rendez licites les parties intimes des femmes."

Bukhari n°2721

Le contrat de mariage islamique est peut-être le document légal le plus sous-utilisé et le plus mal compris de tout le droit musulman.

Beaucoup de couples le signent en quelques minutes, le soir du mariage, dans l'effervescence de la fête, sans en avoir lu une ligne ni discuté d'aucune clause. Ils ne savent pas ce qu'ils ont signé. Ils ne savent pas ce qu'il leur permettait de stipuler. Ils ne savent pas que ce document pouvait protéger les droits de chacun de façon juridiquement contraignante, et ils sont passés à côté de cette protection par ignorance, par peur de paraître méfiants, ou simplement parce que personne ne leur avait dit que c'était possible.

Le Quran 4:21 nomme le mariage par un terme réservé aux alliances les plus sacrées : *mithaqan ghaliza*, pacte solennel, alliance solide. Ce même terme désigne l'alliance d'Allah avec les prophètes *(33:7)* et l'alliance avec les Enfants d'Israël *(4:154)*. Le mariage est au même rang. Cette mise en parallèle dit tout sur la gravité du contrat conjugal.

Bukhari n°2721 va encore plus loin : *"Les conditions les plus dignes d'être remplies sont celles par lesquelles vous rendez licites les parties intimes des femmes."* Les conditions (*Shurut*) inscrites dans le contrat de mariage sont parmi les engagements les plus sacrés qu'on puisse prendre. Les violer n'est pas une simple question contractuelle, c'est rompre un pacte fait devant Allah.

Ibn Qudamah (*Al-Mughni*) distingue les conditions obligatoires, les piliers du *Nikah* : le *Wali*, les témoins, le *Mahr*, le consentement, et les conditions licites que l'une ou l'autre partie peut ajouter et qui, une fois acceptées, deviennent contraignantes. Umar ibn al-Khattab (RA) inscrivait des conditions protectrices dans les contrats de mariage de ses filles. Ce n'était pas de la méfiance, c'était de la sagesse.

Ce modèle recommande les clauses suivantes. Non pas comme des exigences formelles, mais comme la traduction légale de ce que ce livre a posé comme fondements. Ce que les époux ont compris dans leur cœur, le contrat l'inscrit dans l'encre.

Le *Mahr* doit être détaillé et précis, non pas "une dot symbolique" ou "selon l'usage", mais une valeur précise avec un calendrier de versement clair. La dot est le droit absolu de la femme. Le flou sur ce point ne protège personne, il ouvre une porte.

La jurisprudence islamique reconnaît deux formes de *Mahr* : le *Mahr mu'ajjal*, versé immédiatement avant ou lors du mariage, et le *Mahr* différé, versé à une date convenue ou au moment de la séparation. Les deux sont légalement valides. La pratique la plus protectrice est une combinaison : une partie versée immédiatement, une partie différée inscrite dans le contrat avec une date ou une condition précise.

Un principe fondamental que beaucoup ignorent : **en cas de divorce, la femme garde son *Mahr***. Ce qui a été versé lui appartient définitivement. Ce qui était différé devient immédiatement exigible. L'exception concerne le *Khul'*, le divorce à l'initiative de la femme, où la jurisprudence classique majoritaire prévoit la restitution du *Mahr* comme contrepartie de la séparation demandée. Dans un *Talaq*, divorce prononcé par l'homme, la femme conserve l'intégralité de son *Mahr*. Ce n'est pas une concession. C'est une obligation légale irréductible devant Allah et devant la loi islamique.

Le logement doit être spécifié comme adapté au rang de la femme et indépendant de la belle-famille si elle le souhaite. Cette clause prévient les conflits sur la cohabitation non désirée, des conflits qui peuvent durer des années si rien n'a été établi avant.

La *Nafaqah* peut être définie dans ses composantes attendues : nourriture, logement, vêtements, soins, parure, avec un engagement clair sur son niveau minimum.

Sur la répartition des tâches domestiques : *"Il est expressément convenu entre les parties que l'époux assume l'intégralité de la charge logistique et domestique du foyer, conformément aux positions des écoles Shafi'ite et Hanbalite telles que formulées par Al-Nawawi dans Rawdat al-Talibin et Ibn Qudamah dans Al-Mughni."*

Sur la gestion budgétaire : *"L'épouse détient l'exclusivité de l'administration du budget familial fourni par l'époux. L'époux s'interdit de contester ou rationner les dépenses de parure et de soins de l'épouse, ces dépenses relevant de la Nafaqah obligatoire."*

Sur le patrimoine (*Hiba*) : *"La demeure conjugale principale, acquise pendant le mariage avec les ressources de l'époux, sera enregistrée au nom unique de l'épouse à titre de donation irrévocable (Hiba), conformément aux dispositions de l'Imam Malik dans Al-Muwatta."*

Sur la polygamie, si souhaité : *"L'époux s'engage à ne contracter aucune autre union sans l'accord préalable de son épouse. En cas de violation de cette clause, l'épouse dispose du droit au divorce (*Khul'*) avec restitution intégrale de sa dot." (Cette clause est valide selon l'école Hanbalite et certaines positions Hanéfites. Elle ne rend pas la polygamie haram : elle crée un droit de sortie pour la femme si elle est exercée.)*

Sur le droit à l'instruction : *"L'époux s'engage à permettre à son épouse de poursuivre ses études et sa formation, et à en financer les frais raisonnables."*

En France et dans la plupart des pays francophones, le mariage civil est distinct du *Nikah* religieux. Les deux peuvent coexister. Les deux se complètent.

Le *Nikah* islamique, signé devant le *Wali*, les témoins et l'imam, avec les clauses islamiques, est le pacte solennel devant Allah. Le mariage civil, signé à la mairie, établit les droits légaux reconnus par l'État : succession, protection sociale, parentalité légale. La convention matrimoniale en droit français permet de choisir le régime de séparation de biens, qui correspond précisément à l'architecture islamique du Quran 4:32. Et la donation entre époux, l'équivalent civil de la *Hiba*, réalisée devant notaire, transfère la propriété d'un bien immobilier à l'épouse de façon légalement opposable.

Un foyer d'Excellence fait les deux. Le *Nikah* avec ses clauses islamiques, **et** les actes civils correspondants. La double protection, religieuse et légale, n'est pas de la méfiance. C'est la cohérence d'un homme qui prend au sérieux ce qu'il a signé devant Allah.

La nuit du mariage approche. Le contrat est présenté à la signature. La femme dit : *"Je voudrais prendre un moment pour le lire."* Certains s'étonnent. Elle lit. Elle pose des questions. Elle demande que deux clauses soient ajoutées, la clause de répartition des tâches et la clause de *Hiba* sur l'appartement futur. Son futur mari accepte. L'imam les rédige. Les deux signent.

Ce moment n'a pas ralenti le mariage. Il l'a fondé. Quand des questions se poseront dans quelques années, et elles se poseront, les deux auront un texte de référence. Un engagement formalisé. Un point de retour.

La femme n'est pas méfiante. Elle est sage.

Et lui, en acceptant sans résistance, a dit quelque chose que beaucoup d'hommes ne disent jamais : *"Tes droits m'importent autant que tes promesses."*

Le chapitre suivant entre dans la gestion des crises, parce que même le foyer le mieux bâti traverse des tempêtes, et que savoir diagnostiquer ce qui ne va pas est la moitié de la solution.

CHAPITRE 26

Diagnostiquer les Crises

Identifier quel pôle de l'engrenage est bloqué

"Si vous craignez la rupture entre eux, envoyez un arbitre de sa famille et un arbitre de sa famille."

Quran 4:35

Tout foyer traverse des crises. Croire qu'un mariage réussi est un mariage sans crises, c'est confondre la solidité avec l'absence d'épreuve.

L'hiver conjugal arrive même dans les foyers les plus solides. Comme la fatigue finit toujours par trouver le corps qu'elle cherche. La question n'est jamais "est-ce que ça arrivera ?" mais "saurai-je **lire** ce qui se passe ?" Un médecin qui soulage les symptômes sans nommer la cause ne guérit pas, il achète du temps pendant que la maladie s'installe. Le couple qui change de sujet au milieu d'une dispute, qui s'excuse par épuisement, qui cède pour retrouver la paix sans jamais nommer ce qui a vraiment déraillé, ce couple rejoue la même scène dans six mois. La paix de surface a une durée de vie. Elle finit toujours par expirer.

Beaucoup de couples résistent instinctivement à la médiation, par orgueil, par peur du regard des autres, par cette conviction que les problèmes du foyer ne doivent jamais en franchir le seuil. Ce que ces couples oublient : c'est le Quran lui-même qui dit d'appeler un arbitre. Demander une médiation n'est pas un aveu de défaillance. C'est un signe de lucidité.

Le verset porte cependant une condition silencieuse : la médiation ne fonctionne que si les deux époux y entrent avec une intention honnête, pas pour avoir raison, pas pour enregistrer officiellement ses griefs devant témoin. Avant d'en arriver là, la

Nasiha reste le premier recours : la conversation à deux, sans arbitre, sans public, avec juste assez de courage pour dire ce qui est vrai.

Quatre sources. Pas cinquante. Quatre. Chacune a ses symptômes propres, et sa correction propre. L'erreur classique est d'appliquer la correction de l'une aux symptômes d'une autre. C'est là que les foyers s'épuisent : à soigner ce qui n'est pas blessé.

La première source : l'homme manque à ses obligations. La femme est épuisée parce qu'elle assume seule ce qui ne lui appartient pas. La *Nafaqah* est insuffisante ou conditionnelle. Les décisions tombent sans consultation. Ce que beaucoup appellent "rébellion", la distance émotionnelle, la fermeture progressive, le regard qui ne cherche plus, est en réalité la réponse naturelle d'une femme à une insécurité que des manquements répétés ont creusée. La correction n'est pas une conversation. C'est la reprise des obligations. Quand les fondations tiennent à nouveau, quand le service revient, quand la *Nafaqah* est honorée sans condition ni calcul, la femme retrouve naturellement sa posture. Le foyer respire.

La deuxième source : la fracture de la reconnaissance. L'homme accomplit ses obligations, il cuisine, il consulte, il remet le budget, mais l'atmosphère reste froide. Il se sent invisible. Avant de conclure à un manque de la femme, une question s'impose : *"Est-ce que je lui donne vraiment ce dont elle a besoin, ou ce que je crois qu'elle a besoin ?"* La froideur peut venir de choses que la grille ne capture pas : une fatigue profonde qui n'a pas eu le droit d'être nommée, une blessure ancienne jamais réparée, un besoin d'être vue autrement que comme la bénéficiaire de services bien rendus. Le remède n'est pas d'attendre la reconnaissance. C'est de poser la question : *"Qu'est-ce qui te manque que je n'ai pas encore compris ?"* Sincèrement posée, cette question ouvre plus en dix minutes que des semaines d'efforts unilatéraux. Et si les droits sont vraiment honorés, si la froideur persiste malgré tout, les deux époux peuvent nommer ce manque de réciprocité. Avec douceur. Comme une réalité à comprendre ensemble, pas comme un reproche.

La troisième source : la cloison *Zahir*/*Batin* est percée. La belle-famille s'est installée dans les décisions du couple. L'homme rentre avec le stress de la journée

encore collé à lui, sans aucune transition. Les tensions conjugales ont été partagées avec l'extérieur, un ami, une sœur, une mère, et quelque chose qui n'aurait jamais dû sortir circule ailleurs, vit sa propre vie, revient déformé. Ce qui en résulte n'est pas un conflit déclaré. C'est une tension de fond, chronique, un sentiment d'invasion qui ronge lentement la *Sakinah* sans qu'on puisse mettre le doigt dessus. La correction : restaurer l'étanchéité. Fermer les brèches une par une. Protéger ce qui appartient au sanctuaire.

La quatrième source : la communication est rompue. Les discussions dégénèrent en dix minutes. Les non-dits s'accumulent jusqu'à obstruer tout passage. Les deux savent que quelque chose ne va pas, mais personne ne le dit vraiment, parce qu'il est devenu dangereux de le dire, parce que la dernière fois ça s'est terminé en larmes ou en silence punitif. On apprend à contourner. À cohabiter autour du vide. La correction : revenir aux outils du chapitre 19, la formulation en *"je"*, l'écoute active, le choix du moment. Et si le canal est trop obstrué, si la parole directe est devenue impossible, le Quran 4:35 entre en scène.

Quand la crise survient, et elle surviendra, il y a une tentation immédiate : éteindre l'incendie. Un mot, un geste, une promesse pour calmer la surface. Résistez à cette tentation.

Prenez vingt-quatre heures. Quarante-huit si nécessaire. Posez-vous une seule question : *"Laquelle des quatre sources est active ici ?"* Cette identification seule désamorce souvent une partie de la tension, parce qu'elle sort du mode réactif, du corps-à-corps, pour entrer dans quelque chose de plus froid et de plus juste. Puis appliquez la correction de cette source-là. Pas la correction de A au problème B.

Un diagnostic précis est la moitié de la guérison. L'autre moitié, c'est l'honnêteté d'appliquer ce qu'on a trouvé, même quand c'est inconfortable.

Un foyer entre en crise. La femme est distante, froide, peu présente, comme absente même quand elle est là. L'homme se sent rejeté. Il réagit en s'isolant à son tour. La distance grandit, en spirale, chacun attendant que l'autre fasse le premier geste.

Il applique la grille. Honnêtement. Ces deux derniers mois, il a été absorbé par le travail. Il n'a pas cuisiné depuis des semaines. Le budget a été remis en retard, deux fois. Il a pris trois décisions importantes sans consulter. Source A : manquement aux obligations.

Il reprend. Cette semaine, il cuisine deux fois. Il remet le budget. Il propose une conversation sur une décision qu'il avait prise seul, en disant simplement : *"J'aurais dû te demander avant."*

Sa femme ne dit rien dans les premiers jours. Mais elle perçoit. Quelque chose s'adoucit en elle, non parce qu'il l'a convaincue de quoi que ce soit, mais parce que les fondations tiennent à nouveau sous ses pieds. Au bout d'une semaine, la distance a fondu. La crise n'a pas duré. Elle a été nommée avant de s'installer.

Le chapitre suivant propose l'outil de maintenance préventive le plus puissant de ce livre : le bilan hebdomadaire, pour ne pas attendre la crise avant de prendre soin du foyer.

CHAPITRE 27

Le Bilan Hebdomadaire

La maintenance préventive du foyer

"Faites le bilan de vous-mêmes avant qu'on le fasse pour vous, et pesez vos actes avant qu'ils soient pesés."

Umar ibn al-Khattab (RA)

La médecine préventive est moins spectaculaire que la médecine curative. Elle n'a pas de drama, pas de nuit aux urgences, pas de diagnostic qui tombe comme une sentence. Elle est ordinaire, régulière, un peu ennuyeuse même. C'est précisément pour ça qu'elle est puissante.

La plupart des couples pratiquent uniquement la médecine curative dans leur mariage. Ils n'interviennent que quand quelque chose ne va plus, quand la crise est déclarée, quand la distance s'est installée depuis des mois, quand la rancœur a pris racine si profondément qu'on ne sait plus où elle commence. Chaque semaine de silence avait ajouté une couche d'isolant entre eux, sans que personne ne le remarque vraiment. À ce stade, le travail de restauration est dix fois plus difficile que la maintenance qui l'aurait évité.

Umar ibn al-Khattab (RA) a laissé une formule qui traverse les siècles sans vieillir ; cet *athar* lui est attribué dans plusieurs collections classiques : *"Faites le bilan de vous-mêmes avant qu'on le fasse pour vous."* Al-Ghazali a codifié ce principe sous le nom de *Muhasaba* et lui a consacré un livre entier dans l'*Ihya*. Examiner ses actes régulièrement. Identifier les manquements avant qu'ils deviennent des habitudes. Corriger le cap avant que la dérive ne soit trop loin pour rebrousser chemin.

Ce que la tradition islamique a formulé pour l'âme individuelle, ce modèle le transpose au foyer. Une *Muhasaba* conjugale hebdomadaire, c'est aussi simple et

aussi exigeant que ça.

Le bilan hebdomadaire est un rendez-vous régulier, court et structuré. Vingt à quarante minutes. Le weekend, dans un moment calme, après le dîner, quand les enfants dorment. Pas dans la voiture entre deux choses. Un espace réel, où les deux peuvent s'entendre vraiment.

Ce n'est pas une thérapie. Ce n'est pas un tribunal. C'est un bilan.

Il tourne autour de quatre questions. La première : *"Qu'est-ce qui s'est passé de bien dans notre foyer cette semaine ? Qu'est-ce que j'ai apprécié chez toi ?"* Elle vient toujours en premier, pour ancrer le bilan dans la gratitude plutôt que dans le reproche. Un foyer qui commence ses bilans par ce qui va bien développe, avec le temps, une capacité à remarquer ce qui va bien en dehors des bilans. C'est plus difficile qu'il n'y paraît au début.

La deuxième : *"Y a-t-il quelque chose que j'aurais pu faire différemment cette semaine ?"* Chaque époux parle de lui-même, non de l'autre. C'est la règle essentielle. *"J'aurais pu"*, pas *"tu aurais dû"*. La nuance est tout.

La troisième : *"Est-ce qu'il y a quelque chose dont j'ai besoin de toi dans la semaine qui vient ?"* Elle existe pour exprimer les besoins avant qu'ils deviennent des manques, les manques avant qu'ils deviennent des griefs, les griefs avant qu'ils deviennent des murs.

La quatrième : *"Je m'engage à [un acte concret et mesurable] pour toi la semaine prochaine."* Pas *"être plus présent"*, trop vague, impossible à tenir. Mais *"cuisiner deux fois cette semaine"*, *"ne pas regarder mon téléphone pendant le dîner"*. L'engagement se vérifie au début du bilan suivant. C'est là que le modèle prend sa densité : la semaine d'après, la première question est *"Est-ce que j'ai tenu ce que j'avais promis ?"* La continuité construit quelque chose que les belles intentions ne construisent pas.

Quelques règles préservent la qualité du moment. Si un reproche surgit, le reformuler en question 3 : *"J'aurais besoin de X la semaine prochaine."* Ce qui se dit dans le bilan reste dans le bilan, ni avec les amies, ni avec la famille, surtout pas comme

munition dans un conflit futur. Un bilan imparfait fait régulièrement vaut infiniment plus qu'un bilan parfait fait une fois par trimestre. Les premiers bilans seront maladroits. C'est normal. La pratique s'affine comme tout ce qui vaut d'être appris, pas du premier coup, mais sur la durée.

Ce bilan conjugal vit mieux quand il est nourri par une *Muhasaba* individuelle, l'examen de conscience que chaque époux mène seul, idéalement le soir. *"Ai-je rempli mes obligations aujourd'hui ? Ai-je agi avec* Ihsan *dans ma relation conjugale ? Y a-t-il un manquement à corriger demain ?"* L'époux qui arrive au bilan hebdomadaire avec cette honnêteté déjà travaillée arrive autrement que celui qui découvre sa semaine en la racontant. Il y a une différence de présence. Elle se sent.

Leur premier bilan. Assis face à face, un peu gauches, ne sachant pas tout à fait comment tenir ce format qui ne ressemble à rien de ce qu'ils ont vu faire autour d'eux.

Il commence : *"Ce qui m'a touché cette semaine, c'est que tu as remarqué que j'étais stressé mercredi et que tu m'as dit quelque chose de doux sans que je te demande rien."* Elle répond : *"Ce que j'aurais pu faire mieux, c'est ne pas avoir répondu sèchement jeudi soir."* Il dit : *"J'aurais pu être plus disponible le weekend."* Elle dit : *"Ce dont j'ai besoin, c'est qu'on ait un vrai dîner sans téléphones deux fois cette semaine."* Il dit : *"Je m'y engage. Et j'ai besoin que tu m'exprimes quand tu es fatiguée avant que ça devienne de l'irritabilité."*

Vingt minutes. Pas de dispute. Pas d'accusation. Juste deux personnes qui prennent soin de leur foyer avant que le soin devienne une urgence.

La Partie VI est terminée. Vous avez les outils pour bâtir et protéger votre foyer, avant le mariage, dans le contrat, pendant les crises, et semaine après semaine dans la maintenance préventive. La dernière partie élève le regard une dernière fois : les piliers spirituels qui donnent au foyer sa dimension éternelle.

PARTIE VII : LES PILIERS SPIRITUELS

CHAPITRE 28

Prier Ensemble

La Salat comme fondation de la Sakinah

"Quand un homme se lève la nuit et prie, puis réveille sa femme pour qu'ils prient ensemble deux rak'at, ils sont inscrits parmi les hommes et les femmes qui invoquent Allah fréquemment."

Abu Dawud n°1309

Il y a une expérience que beaucoup de couples musulmans n'ont jamais vécue, ou ont cessé de vivre après les premières années.

Prier ensemble. Vraiment ensemble. Pas l'un à côté de l'autre par hasard parce qu'ils se trouvent dans la même pièce. Mais côte à côte, intentionnellement, avec la conscience partagée de se tenir devant Allah dans la même direction, au même instant, avec les mêmes mots dans la bouche.

Cette expérience dit sans mots : *"Nous cherchons la même chose. Nous allons dans la même direction. Notre union a un sens qui dépasse nos deux personnes."* Le foyer qui prie ensemble n'est pas un foyer sans difficultés. C'est un foyer qui a une boussole, et qui sait où revenir quand il s'est égaré.

Abu Dawud n°1309 est l'un des hadiths les plus beaux sur la vie conjugale spirituelle. Un homme se lève pour la prière de nuit et réveille sa femme pour qu'ils prient ensemble. La récompense est spécifique : *"Ils sont inscrits parmi les hommes et les femmes qui invoquent Allah fréquemment."* Non parce qu'ils ont accompli une longue prière. Parce qu'ils ont partagé un acte de dévotion. Le hadith symétrique existe pour la femme qui réveille son mari. Quand les deux se lèvent ensemble dans la nuit, quelque chose de différent se produit : une dévotion partagée qui transcende les deux, un lien spirituel d'une qualité que rien d'autre ne crée.

Dans l'esprit de son *Ihya*, Al-Ghazali enseigne que la *Sakinah*, la *Mawaddah* et la *Rahmah* ne se développent pleinement que dans un foyer orienté vers Allah. La prière conjugale réaligne régulièrement le couple sur sa boussole fondamentale. Elle dit : *"Nous ne cherchons pas l'harmonie pour nous-mêmes seulement. Nous la cherchons parce qu'Allah nous l'a commandée, et parce que notre union est une adoration."*

La prière dans le foyer d'Excellence prend plusieurs formes, et chacune a son moment.

Le Fajr ensemble est la plus transformatrice. Un couple qui se lève ensemble pour la prière de l'aube commence sa journée dans un état d'âme différent, plus apaisé, plus orienté. Cette pratique n'exige pas de grande dévotion initiale. Elle exige de poser son alarme, de se lever, d'accomplir. La répétition construit la dévotion. Pas l'inverse.

Le Maghrib marque le retour dans le *Batin*. Cette prière à l'entrée de la soirée ritualise la transition entre les deux sphères. Elle dit au foyer : *"La journée du monde est finie. Le temps du sanctuaire commence."* C'est un seuil invisible, et les seuils invisibles sont les plus protecteurs.

La prière de nuit en couple est un cadeau que les mots peinent à décrire. Quelques rak'at ensemble, dans l'intimité et le silence de la nuit. Les couples qui pratiquent régulièrement ce moment témoignent tous de la même chose : après une dispute, après une distance, après une période difficile, c'est souvent cette prière qui renoue le lien plus vite que n'importe quelle conversation.

Le *Du'a* commun, enfin. Supplier ensemble pour le foyer, pour les enfants, pour les projets communs, pour la *Sakinah*. Le Prophète ﷺ nommait ses épouses dans ses prières. Nommer son conjoint dans son *Du'a* est l'un des actes les plus simples et les plus puissants de la vie conjugale spirituelle. Et l'un des moins pratiqués.

Il faut nommer une réalité que beaucoup de couples vivent : l'un des deux est croyant et pratiquant, l'autre ne l'est pas, ou l'est beaucoup moins.

La pression spirituelle exercée sur le conjoint qui pratique moins est contre-productive. Elle crée de la résistance, jamais de l'ouverture. Ce que la tradition islamique recommande dans ces situations : être soi-même l'incarnation vivante de ce qu'on croit. Un homme dont la piété rend sa femme plus heureuse, plus sécurisée,

plus aimée, l'attire vers ce qu'il vit sans le lui demander. Une femme dont la foi rend le foyer plus beau, plus serein, éveille naturellement quelque chose chez son mari. La prière conjugale ne se développe pas par l'injonction. Elle se développe par l'invitation silencieuse de l'exemple.

Ils n'avaient jamais prié le Fajr ensemble. Chacun priait dans son coin depuis des années. Un matin, il se lève et dit simplement : *"Tu veux qu'on prie ensemble ?"* Elle dit oui. Deux minutes de prière. Puis ils sont restés assis un moment dans la lumière de l'aube, avant que la journée commence. Sans rien dire.

Ce silence partagé après la prière est devenu leur rituel. Les matins où ils le manquent, quelque chose manque à la journée, une légèreté que les deux reconnaissent sans pouvoir la nommer. Les matins où ils le font, quelque chose est posé. Une fondation invisible sous les heures qui suivent.

Le chapitre suivant explore une dimension souvent mal comprise de la spiritualité islamique : l'Hijra, le choix de l'environnement comme acte de foi, et son application concrète à la protection du foyer.

CHAPITRE 29

L'*Hijra*

Choisir son environnement pour protéger son foyer

"L'homme suit la religion de son ami intime. Que chacun regarde donc qui il prend comme ami intime."

Abu Dawud n°4833

Le foyer d'Excellence ne vit pas dans une bulle. Il existe dans un environnement, une ville, un quartier, un cercle social, une culture ambiante, qui l'influence, le presse, le façonne, parfois le corrode sans qu'on s'en aperçoive avant qu'il soit trop tard.

L'*Hijra*, ce mot que l'on traduit souvent par "émigration", désigne dans son sens premier le départ du Prophète ﷺ de La Mecque vers Médine. Dans son sens profond et universel, il désigne quelque chose de plus intime : **le choix actif de son environnement comme acte de foi**. Choisir où vivre, avec qui s'associer, dans quel cercle social évoluer, à quelles influences exposer ses enfants, ce sont des décisions spirituelles aussi importantes que les pratiques religieuses individuelles. Le foyer le plus solide peut être fragilisé par un environnement qui contredit systématiquement ses valeurs. Lentement. Régulièrement. Sans violence apparente.

Abu Dawud n°4833 dit une vérité que la psychologie sociale confirme aujourd'hui avec rigueur : les comportements, les valeurs, les croyances sont largement déterminés par le groupe social d'appartenance. Nous devenons ce que notre entourage normalise. Ce n'est pas une métaphore. C'est un mécanisme.

Pour un foyer islamique, cela signifie : si le cercle social banalise l'infidélité, l'avarice conjugale, le mépris entre époux, la superficialité comme horizon, ces comportements deviennent progressivement la norme de référence. Le foyer résiste un temps. Puis il cède.

Ibn Qayyim al-Jawziyyah (*Zad al-Ma'ad*) distingue deux formes d'*Hijra* : l'*Hijra* géographique, quitter un lieu pour un autre, et l'*Hijra* du cœur, quitter ce qui éloigne d'Allah dans ses pensées, ses attachements, ses fréquentations. Il précise que l'*Hijra* du cœur prime sur l'*Hijra* géographique. Un homme peut émigrer vers une "terre d'Islam" et y vivre dans la désobéissance, pendant qu'un autre reste en Occident et vit dans la vertu et la foi. L'*Hijra* est d'abord un choix d'attachements, ce à quoi on s'attache, ce à quoi on expose son foyer.

L'*Hijra* du cercle social est l'une des dimensions les plus déterminantes pour la qualité du foyer. Un couple entouré d'autres couples épanouis, qui valorisent la *Sakinah*, qui parlent bien de leurs conjoints, qui protègent leurs foyers, se développe dans un terreau fertile. Un couple entouré de personnes qui banalisent les infidélités, qui comparent les conjoints, qui se plaignent de leurs mariages comme d'un fardeau collectif, se développe dans un terreau corrosif. Ce n'est pas une question de mépris. C'est une question de ce qu'on normalise par simple exposition répétée.

Identifier les relations qui élèvent et celles qui dégradent. Investir dans les premières. Réduire progressivement les secondes, non avec brutalité, mais avec la lucidité d'un homme qui sait ce qu'il protège.

Ce qu'on consomme façonne ce qu'on devient. Les séries qu'on regarde, les podcasts qu'on écoute, les contenus qui défilent, tout cela crée un environnement mental qui influence les attentes, les références et les comportements conjugaux. Une femme qui consomme quotidiennement des relations idéalisées, dramatiques et volatiles développe des références inconscientes qui entrent en friction avec la réalité de son foyer ordinaire. Un homme qui consomme des contenus qui valorisent la domination ou l'indépendance masculine absolue développe des réflexes incompatibles avec le modèle de service et d'humilité de ce livre. L'*Hijra* des contenus, c'est choisir consciemment ce qu'on laisse entrer dans son esprit, pas avec un rigorisme paralysant, mais avec la lucidité d'un jardinier qui distingue ce qui nourrit de ce qui parasite.

L'*Hijra* n'est pas le repli communautariste. Se couper du monde, refuser tout contact avec ceux qui ne partagent pas exactement ses valeurs, ce n'est pas de la foi. C'est de la

peur. Le foyer d'Excellence s'ouvre sur le monde avec confiance, il choisit ses influences avec discernement. Réduire les fréquentations nuisibles n'est pas un jugement sur les personnes concernées. C'est une décision de protection pour son foyer. Et l'*Hijra* n'est pas nécessairement géographique : le changement de lieu sans changement d'attachements ne produit rien. On emporte ses habitudes dans ses bagages.

Un couple réalise progressivement que leurs soirées avec un groupe d'amis les épuisent plutôt que de les nourrir. Les conversations tournent autour des plaintes conjugales, des comparaisons, des rumeurs. Les maris se moquent de leurs femmes. Les femmes se plaignent de leurs maris. Tout le monde rit. Mais en rentrant chez eux, le couple se regarde différemment, légèrement contaminé par les images qu'il vient de côtoyer, sans pouvoir nommer exactement quoi.

Ils prennent une décision : réduire ces soirées. En parallèle, ils investissent dans des liens avec d'autres couples, au sein d'une mosquée, d'un cercle d'étude. Ces nouvelles fréquentations parlent différemment du mariage. Ils y entendent des hommes qui respectent leurs femmes, des femmes qui valorisent leurs maris. Rien d'exceptionnel en apparence. Juste un ton différent.

Six mois plus tard, ils remarquent une différence dans leur façon de se parler, comme si l'air autour d'eux avait changé de qualité. C'est l'effet de l'*Hijra* du cercle social.

Le dernier chapitre scelle l'union dans sa dimension la plus haute : le Hajj en couple, le pèlerinage comme renouveau du pacte conjugal devant Allah.

CHAPITRE 30

Le Hajj en Couple

Le scellement spirituel de l'union

"Le Hajj accepté n'a pas d'autre récompense que le Paradis."

Bukhari n°1773

Il y a des expériences qui changent les gens. Et il y a des expériences qui changent les couples.

Le Hajj est l'une des rares qui fait les deux en même temps. Il change la personne qui le vit, dans sa relation à Allah, à elle-même, à la mort et à l'essentiel. Et quand il est vécu en couple, il dépose dans la relation quelque chose que rien d'autre ne peut produire.

Ce chapitre est court, non parce que le sujet est mineur, mais parce que certaines vérités ne peuvent pas être entièrement dites. Elles s'éprouvent.

Bukhari n°1773 est sans équivoque : *"Le Hajj accepté n'a pas d'autre récompense que le Paradis."* Et le Prophète ﷺ a précisé : *"Celui qui accomplit le pèlerinage sans commettre d'acte obscène ni de transgression revient de ses péchés comme le jour où sa mère l'a mis au monde." (Bukhari n°1521)* Ce renouveau total s'applique aussi à la relation conjugale. Le couple qui revient du Hajj ne revient pas seulement avec leurs péchés pardonnés. Il revient avec une expérience commune d'une profondeur sans équivalent, et cette expérience devient un point de référence pour tout ce qui suivra.

L'une des dimensions les plus frappantes du Hajj est l'égalisation. Tous les pèlerins portent le même *Ihram* blanc. Il n'y a plus de riche ni de pauvre, de puissant ni de faible.

Pour le couple, ce moment a une texture que les mots atteignent difficilement.

Il y a d'abord l'acte d'enfiler l'*Ihram* ensemble. Deux personnes qui ôtent leurs vêtements habituels, et avec eux, tout ce qui les définit socialement. Ses costumes, ses titres, sa *Qiwamah* affichée. Ses robes, ses soins, sa souveraineté visible. Ce qui reste, quand tout cela est posé : deux âmes. Égales, nues devant Allah, qui se regardent différemment. L'*Ihram* dit une vérité que la vie ordinaire obscurcit : avant d'être mari et femme, ils sont deux serviteurs du même Seigneur.

Il y a ensuite le *Wuquf* à 'Arafat, la station. Des millions d'hommes et de femmes debout dans la plaine, sous le même soleil, formulant la même supplication. Dans ce flux humain où l'individu disparaît, le couple se resserre. Ce n'est plus lui qui protège, elle qui gouverne. Ce sont deux personnes qui se tiennent dans la même fragilité, demandant ensemble au même Allah. Ce qu'ils portaient séparément, ils le portent là ensemble. Et quelque chose dans ce partage de la supplique, sa voix à lui et sa voix à elle qui montent vers le même Ciel, scelle l'union d'une façon qu'aucun contrat, si solennel soit-il, ne peut reproduire.

L'homme qui chez lui porte la *Qiwamah* se retrouve devant la Ka'aba dans la même position que sa femme : humble, dépouillé, suppliant. Ce nivellement temporaire ne supprime pas les rôles, il les remet en perspective. Il rappelle que les rôles sont des fonctions au service d'une finalité commune. Et que devant Allah, ce qui compte est la *Taqwa*, non le statut.

Le Hajj ne commence pas à La Mecque. Il commence dans la préparation, et cette préparation est elle-même une pratique conjugale.

Les mois avant le départ, vécus ensemble, les lectures partagées sur les rites, leur sens, l'histoire de chaque lieu, créent une complicité intellectuelle et spirituelle que peu de choses peuvent égaler. Ibn Uthaymin a laissé un ouvrage complet sur les rites du Hajj. Al-Ghazali en décrit la dimension intérieure dans l'*Ihya*. Ces lectures se méditent ensemble, se discutent, s'intègrent progressivement.

Avant le départ, les deux époux formulent leurs intentions, séparément d'abord, ensemble ensuite. Qu'espèrent-ils recevoir de ce pèlerinage ? Quelles demandes portent-ils ? Quelles dimensions de leur relation conjugale veulent-ils renouveler

devant Allah ? Ces conversations pré-Hajj sont souvent parmi les plus profondes qu'un couple ait jamais eues. La proximité de ce voyage extraordinaire met les priorités en ordre d'une façon que la vie ordinaire ne permet pas.

Pendant le Hajj, la difficulté physique est réelle, la foule, la chaleur, les nuits à Mina. C'est précisément dans cette difficulté que le couple se révèle et se renforce. Un homme qui prend soin de sa femme dans la pression du *Tawaf*, qui la protège dans la foule du *Sa'i*, qui partage avec elle l'épuisement et le silence des heures tardives, pratique la *Futuwwah* conjugale dans ses conditions les plus authentiques. Pas dans le confort du foyer. Dans l'effort du chemin.

Certains couples profitent du séjour à La Mecque ou à Médine pour formuler une *Du'a* commune, une supplication dans laquelle ils renouvellent leurs intentions conjugales devant Allah. *"Ya Allah, Tu nous as unis. Nous nous engageons à poursuivre cette union dans la Taqwa, l'Ihsan et la Sakinah."* Ce moment, s'il est vécu avec conscience, est l'un des plus puissants qu'un couple puisse partager.

Pour les couples qui n'ont pas encore accompli le Hajj, et pour qui le Hajj est un horizon lointain faute de moyens, une vérité : le chemin commence maintenant. Se projeter vers ce pèlerinage, en parler en couple, ouvrir un livret d'épargne dédié, lire ensemble les rites et leur sens, tout cela est déjà le début du Hajj. L'intention compte autant que l'acte dans la balance du croyant. Et Allah qui connaît les cœurs connaît aussi les contraintes.

Pour l'homme surtout : il n'a pas à être à la lettre de tout ce livre immédiatement. Ce qui compte, c'est qu'il cherche à être meilleur que la veille, dans sa direction, son effort, sa conscience. Il va réussir, il va échouer, il va recommencer. Ce livre lui appartient comme outil de bonheur, pas comme liste d'obligations qui l'accable. La direction importe plus que la perfection.

Pour les couples qui l'ont déjà accompli, c'est une invitation à revisiter cette mémoire, la Ka'aba, l'*Ihram*, la *Du'a* commune, l'égalité devant Allah. Et à laisser cette mémoire informer le présent : *"Nous avons été là-bas ensemble. Ce que nous cherchons, nous le cherchons ensemble."*

Le Hajj n'est pas la fin du voyage conjugal. Il en est le scellement, le moment qui dit que cette union n'est pas seulement un arrangement humain, mais une trajectoire spirituelle commune vers la même destination.

Ce livre est maintenant complet. Ce qui suit est la conclusion : non pas un résumé, mais une lettre. Une lettre à chacun des deux époux, pour ce qu'il reste à faire.

CONCLUSION

Le foyer comme acte de foi

"Le meilleur d'entre vous est celui qui est le meilleur envers sa famille, et je suis le meilleur d'entre vous envers ma famille."

Tirmidhi n°3895, authentifié par Al-Albani

Vous voilà au bout.

Trente et un chapitres. Des sources qui couvrent quatorze siècles de tradition islamique. Un raisonnement qui a commencé avec deux modèles qui échouent et qui s'achève aux pieds de la Ka'aba.

Ce livre n'a pas cherché à vous rendre parfaits. Il a cherché à vous donner une direction. Et une direction, contrairement à une destination, ne se rejoint pas un jour pour toujours, elle s'habite, acte après acte, matin après matin.

Ce que vous faites de ce qu'il dit, c'est votre travail. Pas le sien.

La lettre au Mari d'Excellence

Mon frère,

Tu as lu ce livre. Peut-être que certains chapitres t'ont mis mal à l'aise. Peut-être que tu t'es reconnu dans des descriptions que tu n'aurais pas voulu retrouver. Peut-être que tu as senti, quelque part entre l'inconfort et l'appel, quelque chose qui voulait répondre.

Cet inconfort est une grâce. C'est le signe que quelque chose en toi veut mieux.

Frotter le sol de ton foyer n'est pas une humiliation. C'est la Sunnah de l'homme le plus honoré de l'histoire, celui dont la grandeur se mesure précisément à la façon dont il servait sa famille. Remettre le budget à ta femme sans condition n'est pas de la

naïveté. C'est la jurisprudence de l'Imam Malik et d'Ibn Qudamah. Mettre les titres de propriété à son nom n'est pas de la faiblesse. C'est l'ascèse ultime, couper le dernier lien entre ton ego et le contrôle matériel de celle que tu prétends aimer.

Ces actes ne te diminuent pas. Ils te libèrent. Chaque fois que tu t'abaisses dans ton foyer, tu poses un acte que la tradition islamique appelle élévation. Ibn Qayyim al-Jawziyyah l'a dit : nul ne s'abaisse pour Allah sans qu'Allah ne l'élève. Et tu sais maintenant ce que cela veut dire concrètement : celui qui s'agenouille pour masser les pieds de sa femme, celui qui remet ses revenus sans condition, celui qui frotte le sol de son sanctuaire, cet homme accumule un rang que le monde extérieur ne peut ni donner ni reprendre.

La vraie question n'est pas de savoir si tu en es capable. La vraie question est : **est-ce que tu le veux ?**

Si oui, ce livre t'a donné les arguments. La tradition t'a donné les textes. Allah te donne la force. Et ta femme, si tu lui offres ce foyer, te donnera quelque chose qu'aucune domination ne peut jamais acheter : un amour libre.

Bismillah. Commence.

La lettre à la Reine du Sanctuaire

Ma sœur,

Tu as lu ce livre. Peut-être que tu t'es reconnue dans certaines pages, dans l'épuisement silencieux, dans les droits abandonnés par peur du conflit, dans cette fausse humilité qui ressemble à de la vertu mais est en réalité de la peur.

Ce livre t'a dit une vérité que peu osent dire : **tes droits sont dans les textes islamiques les plus anciens et les plus rigoureux.** Non dans le féminisme moderne. Non dans une revendication culturelle. Dans Al-Nawawi, Ibn Qudamah, Al-Kasani, Imam Malik, des hommes à qui personne ne peut reprocher d'avoir cédé à la pression du temps. Ces hommes ont dit clairement que le foyer propre et les repas préparés étaient à la charge de ton mari. Que ton argent t'appartient. Que ta parure ne doit pas être disputée. Que tu n'es pas une servante, tu es la souveraine du sanctuaire.

Exiger ces droits n'est pas de la cupidité. C'est de la justice. Ne pas les exiger, par fausse gentillesse, c'est laisser l'injustice s'installer dans un espace qu'Allah a conçu pour être le tien. Elle s'y normalise. Elle y prend racine. Et on finit par croire que c'est ainsi que les choses sont censées être.

Ta souveraineté s'accompagne d'une responsabilité. L'atmosphère du foyer est entre tes mains. La qualité de l'accueil que tu offres à ton mari est entre tes mains. La beauté que tu cultives, pour ton foyer, pour toi-même, pour lui, est entre tes mains. Ces responsabilités ne sont pas des corvées. Elles sont les dimensions de ta royauté.

Khadija (RA) était une femme complète, puissante, indépendante, souveraine. Et le Prophète ﷺ l'a pleurée des années après sa mort. Aïcha (RA) contredisait le Prophète ﷺ quand elle avait raison, et il l'écoutait. Ce sont tes modèles. Non pas l'effacement. Non pas la rébellion. La plénitude.

Sois la Reine que tu es censée être. Pas celle qui exige sans donner. Pas celle qui se soumet sans dignité. Celle qui tient les deux en même temps, la fermeté et la tendresse, le droit et le don, la souveraineté et la générosité.

Et si tu lis ce livre seule, sans l'homme qui devrait le lire avec toi, sache que ce n'est pas un échec. Ce livre ne peut pas être imposé. Mais il peut être offert. Posé sur une table, lu ensemble, discuté point par point. Si l'homme en face n'est pas prêt à le lire, ce n'est pas toi qui dois t'adapter à moins. C'est lui qui doit comprendre ce qu'il rate.

Ce modèle ne te demande pas de baisser la barre. Il te donne les mots pour dire quelle est la barre.

Bismillah. Prends ta place.

Ce modèle dans la vraie vie

Deux questions reviennent souvent après la lecture, et méritent une réponse directe.

Pour la femme dont l'épanouissement principal est dans le *Zahir*, le travail, les projets extérieurs, le monde, le *Batin* n'est pas une prison qu'on lui impose. C'est un espace qu'ils habitent à deux, dont elle fixe l'atmosphère même quand elle n'y est pas

physiquement. Le modèle s'adapte à la réalité des deux époux, il ne prétend pas que toutes les femmes ont les mêmes aspirations.

Pour le foyer où la femme gagne davantage que son mari : la *Qiwamah* ne se mesure pas en euros. Elle se mesure en responsabilité assumée. L'homme qui pourvoit selon ses moyens, même s'ils sont inférieurs à ceux de sa femme, accomplit sa *Nafaqah*. Ce qu'il apporte n'est pas diminué par ce qu'elle apporte. La *Nafaqah* proportionnelle aux moyens *(Quran 65:7)* est la réponse islamique classique à cette question, elle a été tranchée depuis des siècles.

La règle d'or finale

Ce livre tout entier peut se résumer en une seule règle :

> ***Appliquez les textes à vous-mêmes en priorité, et offrez-les à l'autre comme une invitation : jamais comme une arme.***

L'homme qui cite la *Qiwamah* pour justifier son autorité avant d'avoir prouvé son humilité n'a pas compris. La femme qui cite ses droits sur la *Nafaqah* sans avoir examiné sa propre contribution au foyer n'a pas compris.

Le modèle d'Excellence fonctionne quand les deux époux commencent par regarder ce qu'ils doivent, non ce qui leur est dû. Quand chacun commence par corriger sa propre sphère avant d'exiger la correction de celle de l'autre.

L'homme qui frotte le sol sans attendre que sa femme soit d'abord tendre est dans l'*Ihsan*.

La femme qui soigne sa présence sans attendre que son mari ait d'abord tout fait est dans l'*Ihsan*.

Et quand les deux font cela en même temps, le foyer n'a plus besoin de règles. Il a de la vie.

Ce livre est fini. Votre foyer, lui, continue.

Dans les prochaines semaines, certains chapitres vous reviendront en mémoire dans des situations précises. Une dispute mal amorcée appellera le chapitre 19. Un budget contesté fera écho au chapitre 12. Une belle-mère trop présente vous renverra au chapitre 21. Laissez le livre travailler comme une boussole, pas comme une surveillance. Un point de retour, pas une prison.

Et dans les moments les plus difficiles, quand le foyer tremble et que vous ne savez plus très bien pourquoi vous avez choisi cela, revenez à Quran 30:21 :

"Et parmi Ses signes, Il a créé pour vous, de vous-mêmes, des épouses afin que vous trouviez la quiétude auprès d'elles, et Il a mis entre vous de l'affection et de la miséricorde. Il y a en cela des signes pour des gens qui réfléchissent."

Ce verset ne dit pas que c'est facile. Il dit que c'est un signe. Un signe de qui ? D'Allah.

Réfléchissez. Construisez. Persistez.

"Il y a des nuits où quelques minutes aux pieds de sa femme valent mieux que tous les grands projets du lendemain."

"Il revient toujours à ses pieds."

Que Allah bénisse vos foyers, y dépose la Sakinah, y cultive la Mawaddah et la Rahmah, et en fasse des jardins qui rapprochent de Son agrément.

Ameen.

LE PACTE DE L'EXCELLENCE CONJUGALE

L'accord de fondation : à lire, à discuter, à signer

"Les conditions les plus dignes d'être remplies sont celles par lesquelles vous rendez licites les parties intimes des femmes."

Bukhari n°2721

Ce document n'est pas un contrat légal. Il est quelque chose de plus important.

Ce livre a posé un raisonnement sur trente et un chapitres. Ce pacte en est la traduction concrète, les engagements que ce raisonnement implique, présentés point par point, pour que chaque couple puisse les lire ensemble, en discuter honnêtement, et choisir librement de les accepter ou non.

Le mode d'emploi est simple : **lire chaque point à voix haute à deux. Prendre le temps d'en parler. Puis signer.**

Pour chaque point, une invitation à la discussion est formulée, non pour négocier le fond, mais pour entendre les résistances éventuelles. Dans ce modèle, les résistances parlent. Ce qu'elles disent mérite d'être entendu avant que la signature soit posée.

Note de lecture : certains points comportent une réflexion sur les résistances possibles. Ces passages, qui commencent généralement par "Si ce point rencontre une résistance" ou "Un homme qui résiste", ne sont pas destinés à être lus à voix haute ensemble. Ils s'adressent à chacun **séparément**, avant la signature commune. Ils parlent à ce qui résiste intérieurement, non à l'autre.

PREMIÈRE PARTIE : LES ENGAGEMENTS DE L'HOMME

Point 1 : Le service physique du foyer

L'engagement : Je prends en charge l'intégralité des tâches domestiques : la cuisine, le nettoyage, le ménage, les courses, l'entretien du foyer. Ma femme ne s'épuise pas

dans les corvées physiques. Ce que je fais ici, je le fais comme un acte de *Khidmah*, un service accompli avec intention, comme une prière.

Fondement : Al-Nawawi (*Rawdat al-Talibin*), Ibn Qudamah (*Al-Mughni*), Ibn Hazm (*Al-Muhalla*) : trois écoles, une position. La femme n'est légalement tenue à aucune tâche domestique. Ce qui revient à l'époux par droit. Et le Prophète ﷺ cousait ses sandales, réparait ses vêtements, se tenait au service de sa famille *(Bukhari n°676, Kitab al-Adab)*.

Pour en discuter ensemble :

"Y a-t-il une tâche spécifique que tu imagines difficile à assumer régulièrement ? Parlons-en concrètement, pas en principe, mais dans le détail pratique."

Si ce point rencontre une résistance de fond, non une difficulté pratique mais un refus de principe, certaines résistances ici sont honnêtes : elles viennent d'une fatigue réelle, d'une peur concrète, d'un contexte que ce livre ne connaît pas. Ces résistances-là méritent d'être discutées ensemble. Mais la résistance de *principe*, le refus qui dit "un homme ne fait pas ça" sans argument islamique, a un nom : c'est du *Kibr*. La question à se poser alors n'est pas *"pourquoi me demande-t-on cela ?"* mais *"pourquoi est-ce que je résiste à ce que le Prophète ﷺ accomplissait lui-même ?"* Le nommer, c'est déjà la moitié du travail.

Point 2 : La souveraineté budgétaire de l'épouse

Niveau légal islamique (obligatoire) : La *Nafaqah* de l'épouse est un droit absolu. Elle dépense ce que l'homme lui verse pour le foyer sans rendre de comptes. Il ne surveille pas ses dépenses liées au foyer, ne questionne pas ses achats de parure et de soins. Le Quran 4:32 établit la séparation totale des patrimoines, son argent lui appartient, elle n'a aucun compte à rendre sur ses propres revenus.

Niveau d'excellence proposé (progression) : Ce modèle propose une progression en trois niveaux vers une confiance financière totale. Ce n'est pas une norme imposée le jour 1, c'est une direction à prendre ensemble, selon la maturité du foyer. Le *Niveau 1* : l'homme verse un budget de foyer défini, géré librement par sa

femme sans contrôle ; il lui demande ce dont il a besoin personnellement. Le *Niveau 2* : compte joint sur lequel les deux ont accès, géré principalement par elle. Le *Niveau 3* : transfert intégral du salaire, le niveau le plus avancé, pour les foyers où la confiance est solidement établie sur la durée.

Ce qui compte lors de la signature n'est pas d'être au niveau 3 dès demain. C'est d'être honnête sur le niveau d'aujourd'hui et sincère sur la direction. Les niveaux 1 et 2 ne sont pas des excuses pour ne jamais atteindre le niveau 3, ce sont des étapes d'un même chemin.

L'engagement minimal ce soir : Mes revenus ou le budget de notre foyer arrivent chez toi sans contrôle de ma part. C'est ta liberté, pas un cadeau que je t'accorde.

Pour en discuter ensemble :

"À quel niveau sommes-nous aujourd'hui ? Vers quel niveau voulons-nous aller ? Dans quel délai ?"

Si ce point suscite une résistance de fond, *"mais c'est moi qui gagne, c'est à moi de décider"*, cette résistance mérite d'être nommée honnêtement. Elle révèle souvent un attachement au contrôle financier comme dernier levier de pouvoir. L'Islam a établi clairement que la *Nafaqah* appartient à l'épouse sans condition. Un homme qui comprend cette obligation ne la vit pas comme une perte, il la vit comme une libération de la charge mentale de la gestion.

Point 3 : La Hiba et les biens au nom de l'épouse

L'engagement : Je mets les biens immobiliers, les véhicules et les actifs principaux acquis pendant notre mariage au nom unique de mon épouse. Si elle me le demande, je ne peux pas refuser. À chaque transfert, je la remercie, parce que c'est elle qui me libère de ce qui m'appartient. Si nous nous séparons, je repars sans les biens que j'ai donnés. Je l'ai su dès le début. Je l'accepte.

Fondement : Imam Malik (*Al-Muwatta*) sur la *Hiba* comme contrat irrévocable. Al-Kasani (*Bada'i al-Sana'i*) sur ses conditions. Quran 9:103 sur l'*Infaq* qui purifie celui qui donne.

Pour en discuter ensemble :

"Quels biens as-tu déjà ? Quels biens envisages-tu d'acquérir ? Parlons du calendrier, ce qui peut être transféré maintenant, ce qui est envisagé pour l'avenir."

Note pratique : La *Hiba* se déploie selon trois niveaux progressifs : la co-propriété du logement principal, puis la résidence au nom unique de l'épouse, puis l'ensemble du patrimoine conjugal. Le chapitre 13 présente ces étapes en détail. Signer ce point du pacte signifie s'engager dans cette direction, à commencer par le niveau accessible aujourd'hui.

La résistance la plus fréquente sur ce point est la peur : *"Et si ça se passe mal ?"* Cette peur révèle exactement ce que le chapitre 13 a nommé : l'homme qui entre dans le mariage avec une clause de sortie mentale n'est pas pleinement entré dans le mariage. La *Hiba* n'est pas un risque. C'est la preuve que le risque a été accepté.

Une précision importante : la *Hiba* n'est pas une obligation qui pèse sur un homme sans patrimoine, on ne cède pas ce qu'on n'a pas. Ce qui s'engage dès le premier jour, c'est la direction : dès qu'il y a quelque chose à donner, ça va vers elle. Un homme qui commence sans rien et construit en gardant cette boussole est pleinement dans l'esprit du modèle. La femme qui choisit cet homme le fait avec une confiance consentie, elle choisit librement, elle lui fait confiance. Cette confiance est le socle du modèle, pas la méfiance légale. *La Hiba n'est pas un contrat d'assurance. C'est la générosité d'un homme qui a compris que son bonheur passe par la sécurité de sa femme.*

Point 4 : Le service intérieur (elle dirige, il exécute)

L'engagement : En franchissant le seuil de mon foyer, j'entre dans le territoire de mon épouse. Je lui demande ce qu'elle veut que je fasse. Je m'exécute. Les décisions intérieures lui appartiennent : l'organisation de la maison, le rythme du foyer, la gestion quotidienne. Si elle dit non à quelque chose à l'intérieur, je m'y tiens.

Fondement : La dualité *Zahir*/*Batin* : l'homme gouverne à l'extérieur, la femme gouverne à l'intérieur. Deux royaumes, deux autorités. L'un ne peut pas empiéter sur

l'autre.

Pour en discuter ensemble :

"Y a-t-il des domaines intérieurs sur lesquels tu imagines avoir une opinion forte ? Parlons-en, pour qu'on s'accorde clairement sur ce qui relève de sa sphère et ce qui relève de la sienne."

Certaines résistances ici viennent d'une question légitime : "Et si je ne suis pas d'accord sur quelque chose à l'intérieur ?" La réponse est dans la *Shura* : il peut l'exprimer, être entendu, avoir son mot à dire. Mais la décision finale à l'intérieur lui appartient à elle. La résistance qui dit "je ne peux pas accepter qu'elle ait le dernier mot chez nous" confond autorité et présence. Ce refus-là, après avoir lu ce livre, a un nom : c'est du *Kibr*. Et sa femme le sait aussi.

Point 5 : L'information sur les sorties

L'engagement : Avant de sortir, pour des amis ou pour un déplacement, j'informe mon épouse de mes allées et venues et lui demande si cela convient à l'organisation du foyer. Si elle a besoin de ma présence, j'ajuste. Je ne sors pas en passant outre ses besoins.

Fondement : La logique du *Batin* : ses allées et venues passent par l'autorité de sa femme sur le sanctuaire. La recherche en psychologie sociale sur la *Sakinah* féminine et la sécurité émotionnelle.

Pour en discuter ensemble :

"Comment organisons-nous concrètement cette information mutuelle ? Un message, un appel, une conversation le matin ? Quel format nous convient à tous les deux ?"

La réciprocité est réelle : elle informe aussi de ses sorties, de ses absences, de ce dont elle a besoin quand il n'est pas là. Ce n'est pas une surveillance dans les deux sens, c'est une transparence mutuelle qui nourrit la *Sakinah* dans les deux sens. Le foyer qui respire librement est celui où ni l'un ni l'autre ne disparaît sans que l'autre le sache.

Un homme qui vit ce point comme une contrainte n'a pas encore compris ce qu'il implique. Ce n'est pas une permission, c'est une cohérence. Si elle gouverne l'intérieur, ses allées et venues font partie de l'intérieur. La résistance ici est souvent la peur de "perdre sa liberté". Mais la liberté de disparaître sans compte à rendre, c'est exactement celle qui détruit la *Sakinah* de sa femme.

Point 6 : La Nafaqah complète sans restriction

L'engagement : Je finance l'intégralité des besoins de mon épouse, nourriture, logement, vêtements, soins médicaux, hygiène, parfums, parure et soins esthétiques, sans jamais questionner, rationner ou conditionner ces dépenses. Je ne lui demande pas de justifications. Ces dépenses font partie de mon obligation légale. Les disputer est une faute.

Fondement : Ibn Qudamah (*Al-Mughni*), Al-Kasani (*Bada'i al-Sana'i*), Quran 65:6-7.

Pour en discuter ensemble :

"Y a-t-il des dépenses que tu imagines difficiles à financer selon tes moyens actuels ? Parlons d'un niveau adapté à notre situation réelle : la Nafaqah est proportionnelle aux moyens, mais elle est complète dans ses catégories."

Si ce point rencontre une résistance, *"les soins esthétiques, c'est du luxe"*, cette résistance contredit directement Al-Kasani et Ibn Qudamah. Ce n'est pas une opinion. C'est un manquement juridique. L'homme qui résiste ici ne résiste pas à son épouse. Il résiste à la jurisprudence islamique classique. Et après avoir lu ce livre, ce choix dit quelque chose sur lui.

Point 7 : La posture envers les parents de l'épouse

L'engagement : Je traite les parents de mon épouse avec une considération prioritaire dans mes actes pratiques, parce qu'elle a quitté sa famille pour moi, et que ce geste crée une responsabilité réelle de ma part envers ceux qu'elle a quittés. Ce n't pas une position du fiqh classique, c'est la posture du chevalier qui comprend ce que

sa femme lui a donné. Ma propre mère reste aimée, honorée, soutenue selon ses besoins. Ce n't pas une opposition, c'est une organisation consciente de mes loyautés. Si ma belle-mère est veuve, je suis le soutien naturel de cette famille : financièrement selon mes moyens, présent régulièrement, proactif dans les actes concrets. L'intention ne varie pas. La fréquence s'adapte à mes forces.

Fondement : La logique du *Nikah* : j'ai reçu sa femme de son *Wali*, j'ai pris cette lignée en responsabilité. Et le hadith sur la veuve *(Bukhari, Kitab al-Adab)* : s'occuper de la veuve est comme combattre dans le chemin d'Allah.

Pour en discuter ensemble :

"Comment envisageons-nous concrètement nos relations avec les deux familles ? Fréquence des visites, soutien, logistique : parlons des détails pratiques et de ce qui est réaliste pour nous."

Point 8 : Les actes de dévotion physique

L'engagement : Je prends soin des pieds de mon épouse, dans le quotidien, sans occasion particulière, sans que ce soit un événement. Je les masse. Je les lave parfois. Je lui mets ses chaussures avant qu'elle sorte, je les retire quand elle rentre. En fin de soirée, ma place peut être à ses pieds, non par obligation, mais parce qu'un homme qui s'est libéré de son ego choisit librement cette posture. Mon corps peut être le support de ses pieds quand elle se repose. Ces gestes n'ont pas besoin d'être annoncés. Ils se font. Ce sont des actes de *Futuwwah*, la chevalerie spirituelle, non des actes de servitude. Je les accomplis avec joie.

Ce n't pas une invention moderne. L'homme d'autrefois tenait cette posture naturellement, il ne l'appelait pas d'un nom, il ne la justifiait pas. Il la vivait. Ce que ce pacte remet en place n't pas une nouveauté : c'est un geste que des générations d'hommes ont accompli avant que la confusion entre la force et la rigidité ne l'efface.

Fondement : Al-Sulami (*Kitab al-Futuwwah*), Ibn Qayyim al-Jawziyyah (*Madarij al-Salikin*) sur l'élévation par l'abaissement. *"Le Paradis est sous les pieds des mères."*

Pour en discuter ensemble :

"Lequel de ces gestes est déjà naturel entre nous ? Lequel mérite d'être posé dès cette semaine ?"

La résistance la plus honnête ici est souvent : "Je ne sais pas si j'en suis capable." Cette hésitation est légitime, elle mérite d'être nommée entre les deux époux, pas enfouie. Ce que ce point demande ne s'apprend pas du jour au lendemain. Il se commence. Mais si la résistance vient du regard des autres, "un homme ne fait pas ça", alors elle a un nom précis : c'est du *Kibr al-Ijtima'i*, l'orgueil social qui prime sur la Sunnah. Le Prophète ﷺ se mettait au service de sa famille. Ce point ne se discute pas avec les amis. Il se vit dans l'intimité du foyer.

Point 9 : La renonciation à la polygamie ou la consultation

L'engagement : Je renonce à contracter une autre union sans l'accord préalable de mon épouse. Si cette question traverse mon esprit, je lui en parle honnêtement, non comme une annonce, mais comme une conversation sur nos valeurs et notre foyer. Je comprends que la polygamie est une *Rukhsa*, une dérogation soumise à des conditions strictes que je ne remplis probablement pas, et que la sagesse et la noblesse consistent à choisir l'alliance que j'ai.

Fondement : Quran 4:3 et 4:129, Al-Qaradawi sur la polygamie comme *Rukhsa*, non comme Sunnah.

Pour en discuter ensemble :

"Veux-tu inscrire une clause sur ce point dans notre contrat de mariage ? Comment veux-tu que ce cadre soit formalisé entre nous ?"

Un homme qui résiste à cet engagement en invoquant "son droit islamique" a peut-être raison en théorie. Mais le livre a posé une question plus intéressante : *"Pourquoi veux-tu exercer ce droit ?"* Et quelle que soit la réponse, son épouse l'entend aussi. Un homme qui refuse catégoriquement toute discussion sur ce point envoie un signal, non sur ses intentions, mais sur sa façon de considérer le foyer qu'il a bâti.

Point 10 : La reconnaissance verbale de la souveraineté de l'épouse

L'engagement : Je reconnais verbalement, devant ma femme et si nécessaire devant d'autres, que dans notre foyer, c'est elle qui dirige à l'intérieur. Je ne cache pas ce modèle. Je ne l'euphémise pas. Si quelqu'un me demande comment nos décisions se prennent, je dis la vérité : elle décide à l'intérieur, je décide à l'extérieur.

Fondement : La *Shura* et la transparence sur l'architecture du foyer. L'*Ihsan* comme absence de double discours.

Pour en discuter ensemble :

"Y a-t-il des contextes où cette reconnaissance te semblerait difficile à formuler ? Avec ta famille ? Avec tes amis ? Pourquoi ?"

Il peut exister des contextes où nommer ce modèle est difficile. Cette difficulté est réelle et mérite d'être anticipée à deux. Mais l'homme qui accepte ce modèle chez lui et refuse de le reconnaître à l'extérieur n'a pas vraiment accepté ce modèle. Il l'a accepté à condition de ne pas en payer le prix social. C'est précisément le *Kibr* que le chapitre 8 a décrit, l'ego qui s'abaisse quand personne ne regarde, mais qui résiste quand quelqu'un pourrait voir.

DEUXIÈME PARTIE : LES ENGAGEMENTS DE LA FEMME

Point A : La gratitude active et visible

L'engagement : Quand mon mari accomplit son service, cuisine, ménage, ménage chez ma mère, actes de dévotion physique, je le vois, je le nomme, je l'exprime. La gratitude n'est pas silencieuse dans ce modèle. Elle est dite, régulièrement, avec sincérité.

Pour en discuter ensemble :

"Comment aimes-tu recevoir la reconnaissance, les mots, les gestes, la présence ? Dis-lui ce qui compte vraiment pour toi."

Point B : Le soin de sa présence et de sa beauté

L'engagement : Je prends soin de moi, de mon apparence, de ma santé, de ma présence dans le foyer. J'investis mon énergie dans ma présence vivante, non parce que j'y suis mécaniquement poussée par le confort que je reçois, mais parce que je choisis librement, en tant que croyante, d'honorer ce foyer de ma présence pleine. Le Quran établit que j'ai des droits équivalents à mes obligations *(Quran 2:228)* : cet engagement est le mien, librement assumé. Le soin de ma beauté est un acte de souveraineté sur ma propre vie et un choix islamique actif, pas de la vanité.

Pour en discuter ensemble :

"De quoi as-tu besoin pour te sentir libre de prendre soin de toi ? Temps, espace, budget ? Nommons-le concrètement."

Point C : L'autorité exercée avec noblesse

L'engagement : J'exerce mon autorité intérieure avec la noblesse de quelqu'un qui sait sa valeur, ferme sur les principes, douce dans la relation. Je ne dicte pas. Je ne punis pas. Je dirige avec la sérénité de quelqu'un qui n'a pas besoin de se battre pour ce qui lui appartient déjà.

Pour en discuter ensemble :

"Y a-t-il des situations où tu imagines difficile d'exercer ton autorité avec cette douceur ? Qu'est-ce qui rend la fermeté difficile pour toi ?"

Point D : La soumission loyale aux décisions extérieures

L'engagement : Quand mon mari prend une décision qui relève de la sphère extérieure, après m'avoir *vraiment* consultée, après que j'ai pu dire non, après que mes réserves ont été entendues, je la soutiens loyalement. Je ne la sabote pas silencieusement. Je ne reviens pas dessus dix fois. La *Shura* a eu lieu. La décision appartient à la sphère de sa responsabilité. Je la porte avec lui, pleinement, sans la saper.

Se rallier loyalement ne signifie pas se taire définitivement. Si la décision s'avère problématique dans les faits, j'ai le droit, et le devoir, de le nommer après coup, dans

une *Shura* nouvelle : *"Ça n'a pas fonctionné comme prévu. La prochaine fois, j'aimerais que nous reconsidérions ma position plus sérieusement."* Ce retour n'est pas une trahison. C'est la *Shura* en différé, et c'est ce qui améliore nos décisions futures (voir Chapitre 15).

Une condition est explicite dans cet engagement : ce ralliement loyal suppose que la *Shura* ait été réelle, que j'aie été consultée, entendue, prise en compte. Une *Shura* formelle, où ma position n'a pas été véritablement considérée, ne crée pas d'obligation de ralliement. Elle crée une décision prise sans moi.

Pour en discuter ensemble :

"Y a-t-il des types de décisions extérieures sur lesquelles tu aurais du mal à suivre ? Nommons-les maintenant, avant qu'elles se posent. Et comment est-ce que je sais que tu m'as vraiment consultée, et pas simplement demandé mon avis pour la forme ?"

Point E : La protection de l'intimité du foyer

L'engagement : Ce qui se passe dans notre foyer reste dans notre foyer. Les failles de mon mari, les tensions, les décisions, je ne les partage pas avec l'extérieur. Je ne compare pas notre foyer à d'autres. L'intimité de notre sanctuaire est sacrée.

Pour en discuter ensemble :

"Y a-t-il des personnes dans ton entourage avec lesquelles tu partages facilement les tensions du foyer ? Parlons de comment protéger notre espace."

Point F : L'accueil et la présence au retour

L'engagement : Quand mon mari rentre du *Zahir*, je l'accueille. Pas avec une liste de problèmes à régler. Avec une présence qui dit : *"Tu es arrivé quelque part."* Je ne suis pas responsable de sa journée extérieure, mais je suis responsable de ce qu'il trouve en franchissant le seuil.

Ce n't pas l'obligation d'être de bonne humeur pour lui. C'est la volonté de créer un espace de décompression réel, et ce geste, elle le lui rend parce qu'elle reçoit exactement la même chose de lui quand elle rentre du *Zahir*. Le Point F n'existe que

dans un foyer où le Point 5 est vécu réellement. Il n't pas unilatéral, il est la conséquence d'un échange.

Pour en discuter ensemble :

"Qu'est-ce que tu aurais besoin que je sache de ce que tu traverses à l'extérieur, pour que je puisse mieux t'accueillir ?"

Point G : La Shura active et exigeante

L'engagement : J'exprime mes positions clairement, *avant* les décisions, sans attendre qu'on me les demande. La *Shura* n't pas un droit passif, c'est un devoir actif. Se taire pendant la délibération, puis revenir après la décision pour dire qu'on n'était pas d'accord, ce n't pas de la *Shura* en différé, c'est une occasion manquée. Ce modèle exige ma participation entière, pas ma présence silencieuse.

Fondement : Quran 42:38 sur la *Shura* comme obligation mutuelle. L'exemple d'Umm Salama à Hudaybiyya : elle a parlé, avant, clairement, et le Prophète ﷺ l'a écoutée. Sa parole a changé le cours des événements. C'est la *Shura* dans sa plénitude.

Pour en discuter ensemble :

"Y a-t-il des sujets sur lesquels tu as tendance à te taire plutôt qu'à exprimer ta position ? Qu'est-ce qui rend l'expression difficile pour toi dans ces cas ?"

TROISIÈME PARTIE : LE SCELLEMENT

Une fois les discussions menées point par point, vient le moment du scellement.

Ce pacte n't pas un document légal, il est un acte de confiance mutuelle, prononcé en conscience, devant Allah. Il peut être accompagné d'une *Du'a* commune, une supplication dans laquelle les deux expriment devant Allah leur intention de vivre ce modèle.

La formule du scellement :

> *"Nous avons lu. Nous avons discuté. Nous choisissons librement d'entrer dans ce modèle, non parce qu'on nous y contraint, mais parce que nous*

> *comprenons sa logique et croyons en ses fruits. Nous nous engageons à appliquer les textes à nous-mêmes en priorité, et à les offrir à l'autre comme une invitation : jamais comme une arme.*

>

> *Ya Allah, sois témoin de cet accord. Mets dans notre foyer la Sakinah que Tu as promise, la Mawaddah que Tu as insufflée et la Rahmah que Tu as placée comme signe de Ton amour.*

>

> *Ameen."*

Signature de l'époux : _____ Date : _____

Signature de l'épouse : _____ Date : _____

Un dernier mot.

Ce pacte a été conçu pour être discuté, pas simplement signé. Si certains points suscitent des résistances, c'est une bonne nouvelle : les résistances sont de l'information. Elles disent où le travail intérieur reste à faire. Elles disent là où l'ego n'a pas encore lâché prise. Ce qu'aucune conversation en surface ne peut dire, une résistance au bon endroit le dit clairement.

Un homme qui signe ce pacte après l'avoir discuté honnêtement ne signe pas une capitulation. Il signe une élévation, la reconnaissance que sa grandeur ne passe pas par le contrôle, mais par le service. Une femme qui signe ce pacte ne signe pas une revendication. Elle signe une responsabilité, celle d'être à la hauteur de la royauté qu'on lui reconnaît.

Ce foyer leur appartient. Ce pacte en est la fondation.